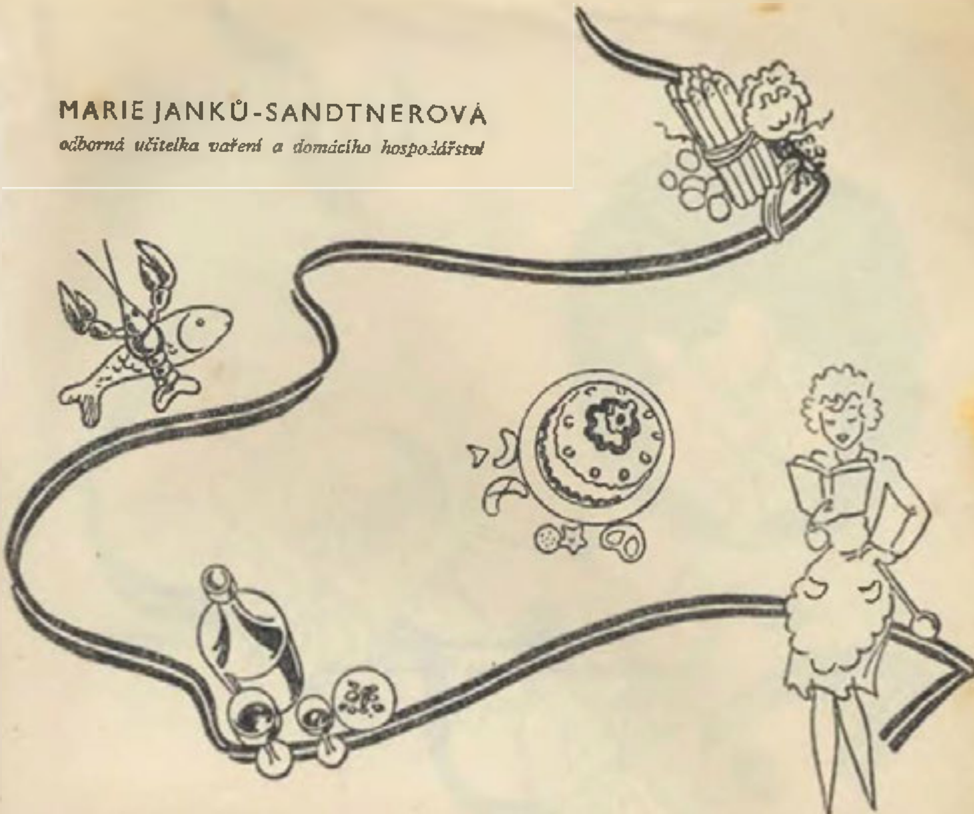
MARIE JANKŮ-SANDTNEROVÁ
odborná učitelka vaření a domácího hospodářství



KNIHA ROZPOČTŮ A KUCHAŘSKÝCH PŘEDPISŮ

VŠEM HOSPODYNÍM K BEZPEČNÉ PŘÍPRAVĚ DOBRÝCH, CHUTNÝCH A LEVNÝCH POKRMŮ

VYDÁNÍ 66-85 • 20 STRAN PŘÍLOH A 7 TABULEK

NÁKLADEM ČESKÉ GRAFICKÉ UNIE A. S. V PRAZE 1947



PŘEDMLUVA

Po přání svých přečetných žákyň z kursů lidových a ze školy vychovatelek a pěstounek při Městské dívčí odborné škole v Praze II. vydávám tiskem „Knihu rozpočtů a kuchařských předpisů“, v níž najdou rady a poučení nejen bývalé kursistky, ale i všechny hospodyně, které chtějí připraviti pokrmy chutné, levné a najisto správné.

Kniha obsahuje nejen jídla jednoduchá a levná, ale též pokrmy pro bohatší stůl, aby vyhověla potřebě všech vrstev občanstva. Všechny předpisy a rozpočty tu snesené jsem vyzkoušela za mnohaleté své učitelské školní praxe se žákyněmi a teprve po těchto zku-



Plněná vejce v aspiku viz předpis na str. 78.



Obložené chlebíčky viz předpis na str. 481.

šenostech zařadila jsem je v obsah knihy. Jsem jista, že kniha bude *bezpečnou oporou* každé hospodyni při úpravě všech pokrmů, neboť rozpočty, připojené na konci každého předpisu, budou hospodyni správným a jistým vodítkem.

Dojista i naše kuchařské školy najdou v ní mnoho pro svou potřebu a rovněž i učitelky, jež učí vaření a domácímu hospodářství na dívčích školách občanských. Proto s radostí odevzdávám „Knihu rozpočtů a kuchařských předpisů" naší veřejnosti, jsouc přesvědčena o tom, že přispívám k úpravě chutné a úsporné stravy a že hospodyním podávám bezpečnou oporu k přípravě všech pokrmů, v knize této uvedených.

V Praze 30. listopadu 1924.

PŘEDMLUVA K DRUHÉMU VYDÁNÍ

Nedoufala jsem, že moje kniha dojde v tak krátké době druhého vydání, a proto s tím větší radostí jsem ji doplnila o nové předpisy. Mimo to jsem úplně přepracovala články teoretické podle nejnovějších pramenů. Jsou to stati:

Zavářky a vložky. O vejcích. O mase. O bramborách, luštěninách a houbách. O zelenině. O mouce, moučných pokrmech a kvasnicích. Tuky a mléko. Ovoce. Nápoje.

Vysílajíc do světa tuto rozšířenou, opravenou a přepracovanou knihu ve druhém vydání, doufám, že se bude těšiti ještě větší oblibě než vydání první, a přeji všem hospodyňkám, aby řídíce se jí vařily úsporně a chutně k plné spokojenosti svých drahých rodin a milých strávníků.

V Praze 10. prosince 1925.

PŘEDMLUVA K TŘETÍMU VYDÁNÍ

Úplné rozebrání této knihy v prvém a druhém vydání za poměrně tak krátkého času opravňuje mne domnívati se, že tato kniha jest skutečně nepostradatelnou pomůckou v domácnostech.

Ať tedy i toto třetí, přepracované a doplněné lidové vydání mojí knihy dojde obliby a vykoná totéž poslání jako vydání předešlá.

V Praze v prosinci 1927.

PŘEDMLUVA K ČTVRTÉMU VYDÁNÍ

Žádné umění na světě nedosáhlo ještě vrcholu. Ve svém vývoji a zdokonalování se pokračuje svojí cestou, a není tomu jinak ani v umění kuchařském.

Bylo by tedy chybou pokládati vaření jen za nutnou a nepříjemnou povinnost. Hospodyně má lnouti s láskou k úpravě denních pokrmů, neboť na správné výživě závisí nejen stálé zdraví, nýbrž i blahobyt v rodině. Z rodin skládá se národ — a uváží-li se, že hospodyním dostává se do rukou asi 12 miliard K ročně na výživu, jest tedy úkolem žen, aby tato velká částka národního jmění byla úsporně a při tom výhodně využita.

Čtvrté vydání této knihy, doplněné ilustracemi, návody a rozpočty, budiž vodítkem a stálým rádcem milým hospodyňkám. Tak uložený jim úkol národohospodářský správně splní.

V Praze 27. října 1929.

PŘEDMLUVA K PÁTÉMU VYDÁNÍ

Co vám mám, milé hospodyňky, říci při opětném, a to již pátém vydání „Knihy rozpočtů a kuchařských předpisů"? Mnoho dopisů a uznání, kterých se mi dostalo, svědčí o tom, že moje snaha, uspořádati knihu předpisů s přesnými rozpočty, nebyla marná, nýbrž dosáhla úspěšně svého účelu.

Prohlédla jsem pečlivě znovu celou knihu a do obsahu vsunula jsem po náležitém vyzkoušení ještě několik nových předpisů s rozpočty.

V Praze dne 17. prosince 1931.

PŘEDMLUVA K ŠESTÉMU VYDÁNÍ

Život člověka v dnešní i budoucí době vyžaduje jistě mnoho tělesné a duševní síly, aby se mohl za všech okolností a bez překážek postaviti s plnou rázností životním osudům vstříc.

Kolikpak jest těch šťastných jednotlivců v moři lidstva, kteří se mohou pochlubiti nepřetržitým zdravím?

Což není mnoho těch, kteří se vysíleni před branou jejich životního cíle zhroutili? Není toho vždy příčina nezaviněná a neodvratná nemoc nebo nešťastný úraz, ale jsou to i chyby, kterých se člověk dopouští sám v své životosprávě. A proto jest podmínkou pro udržení života, zdraví a pracovních schopností člověka řádná a správně upravená výživa.

V Praze dne 7. září 1932.

PŘEDMLUVA K VYDÁNÍ DESÁTÉMU

Účelné vedení domácnosti vyžaduje přesných rozpočtů, a to počínaje nákupem denních potřeb k výživě rodiny.

Zkušenost tato byla mi základním kamenem a popudem k sepsání Knihy rozpočtů a kuchařských předpisů. Po stránce methodické měla jsem na mysli, aby se české literatuře v oboru vaření dostalo knihy, která by byla na výši doby a po stránce praktické chtěla jsem hospodyním, zvláště generaci mladé, která v době světové války neměla příležitost naučiti se od svých matek vaření, dáti do ruky předpisy o vaření s poučením jednoduchým, zato však s přesným výpočtem zboží potřebného k úpravě pokrmů v domácnosti.

Úkol tento nebyl však snadný, když jsem si byla vědoma odpovědnosti, kterou na sebe beru, i když se mi dostalo vzácných zkušeností od mé matky, potom od borného vzdělání na učitelském ústavě v Brně, a značné prakse v roce 1916 až 1918, kdy jsem byla pověřena vedením pěti kuchyní, zřízených zastupitelstvem hlavního města Prahy, kde v té době vyvařovalo se pro deset tisíc strádajících Pražanů. Před uskutečněním své myšlenky vyzkoušela jsem ve škole postupně podle stanoveného rozpočtu všechny předpisy a tak během tří let rostlo pod perem toto dílo, které v nejnovější úpravě vychází ve vydání desátém.

Cítím se povinna kvitovati laskavost MUDr. Ž. SKOPOVÉ, praktické lékařky v Praze, která vedle vlastního těžkého povolání s velkým zájmem obětavě sleduje zdravovědu; ve snaze prospěti nezištně veřejnosti, napsala do knihy hodnotnou stať o výživě, aby i po této stránce dostalo se hospodyním poučení, jak si mají vésti při úpravě pokrmů s hlediska zdravotního a výživné hodnoty.

V Praze v lednu 1936.

K VYDÁNÍ ŠEDESÁTÉMU PRVÉMU

Počet vydání Knihy rozpočtů a kuchařských předpisů mluví sám za sebe, čili lidově řečeno, každá dobrá věc chválí sama sebe. O rozšíření tohoto díla v tak značném počtu vydání mají hospodyně velikou zásluhu. Doufala jsem, že knihu udržím na knižním trhu i po dobu okupace. Když však v roce 1942 o svátcích vánočních byly všechny moje knihy z oboru vaření vyprodány, neobdržela jsem od okupantské censury další povolení k tisku. Došel mne sice návrh, abych knihu přepracovala a přizpůsobila předpisy k poměrům válečným, tomu jsem se ale vzepřela já. Byla jsem vždy té zásady, že na chvalně pověstné české kuchyni se nic měniti nedá a to mi jistě potvrdí každá zkušená hospodyně, protože pokrmy, zhotovené podle staré tradice kuchyně české, se ošiditi nedají.

To, co se dělo a hotovilo v našich kuchyních po dobu okupace, byl jen mezník v našem umění kuchařském a východisko z nouze, jak nám to válka vnutila. Inu, dělaly jsme všechny, co se jen dělati dalo, ale podle toho vypadala i výživa obyvatelstva. Podvýživa a nemoce

měly v důsledku nedostatku výživných látek plodnou půdu a nemohu z vlastní zkušenosti ani říci, že by všechny pokrmy zhotovené podle válečných kuchařských předpisů, kterými jsme byly zasypávány tiskem i rozhlasem, byly laciné. To nejen proto, že potřebné zboží bylo cenově nedostupné, ale i z důvodu, že mnohé hospodyni se nepodařilo uchystati jídlo takové, jak to autor válečného kuchařského předpisu při své nejlepší vůli mínil. Neb vykouzlit oběd pro vícečlennou rodinu skoro z ničeho, k tomu bylo potřebí velké zkušenosti a zručnosti, jinak bylo škoda vydání za zboží. To byl též důvod, proč jsem odmítala vydávati válečné kuchařské předpisy a šířiti tyto i rozhlasem, kdy jsem byla k tomu vyzvána. Jinak moje korespondence po dobu války byla tak rozsáhlá, že jsem mnohdy ani nestačila odpovídati a raditi tazatelkám.

Když konečně po velkých obětech dočkali jsme se kýženého míru, zásluhou statečných přátelských národů, jsme obzvláště našemu odboji za hranicemi i doma, všem za jejich nadlidskou obětavost, díkem zavázáni. Ovšem, blahobyt tu ještě není, to jest věc nemožná, bude však záležeti na nás hospodyních, jak se odhodláme přiložiti ruku k dílu na výstavbě naší republiky. Jest sice pravda, že o nás hospodyních se mnoho nemluví, byly jsme vždy jen popelky. Pravdou však jest, že my ženy a hospodyně jsme ve věcech národohospodářských důležitým faktorem.

Již v předmluvě k vydání pátému jsem poukázala na to, že hospodyním se dostává do rukou ročně asi 12 miliard Kčs na výživu svých rodin a na udržování domácnosti. Tedy obnos takový, jaký byl předložen státní rozpočet na potřeby státu v roce 1929. Není tomu jinak dnes a nebude ani v budoucnosti, protože ženy hospodyně dostávají do rukou většinu důchodů svých mužů a jen na nich záleží, jak s tímto velkým obnosem hospodárněji naloží k blahobytu národa a státu. Uvědomíme-li si to a dokážeme-li, že hospodařit se svěřenými penězi dovedeme, pak překonáme hravě i dobu nynějši a pak bude vanouti opět lahodná vůně dobrých jídel z našich českých kuchyní, jak tomu i za našich babiček bývávalo.

Význam a důležitost úpravy jídla: mnohá žena při své vrozené skromnosti si není ani vědoma toho, jak odpovědnou a důležitou práci vykonává tím, že suroviny nepromĕňuje v pokrmy jen pro mlsné jazýčky, nýbrž že vařením nastává chemický proces, kterým se mění suroviny v pokrmy, pro tělo lidské nepostradatelné, k udržení síly a naprostého zdraví každého člověka. Dobré, chutné a výživné pokrmy jsou vysvědčením o schopnostech hospodyně. Vím, že po dobu dlouhé války neměly matky možnost zasvětiti dorost do tajemství kuchyně, jak tomu v dobách míru bývalo a bude proto nutné, aby se matky opětně co nejdříve ujaly tradičního úkolu a ukázaly dcerám základy vaření. Velmi vřele doporučuji, aby i hoši byli poučeni o tom, jak si mají počínati a čehož potřebí k úpravě jednoduchých jídel. Tyto

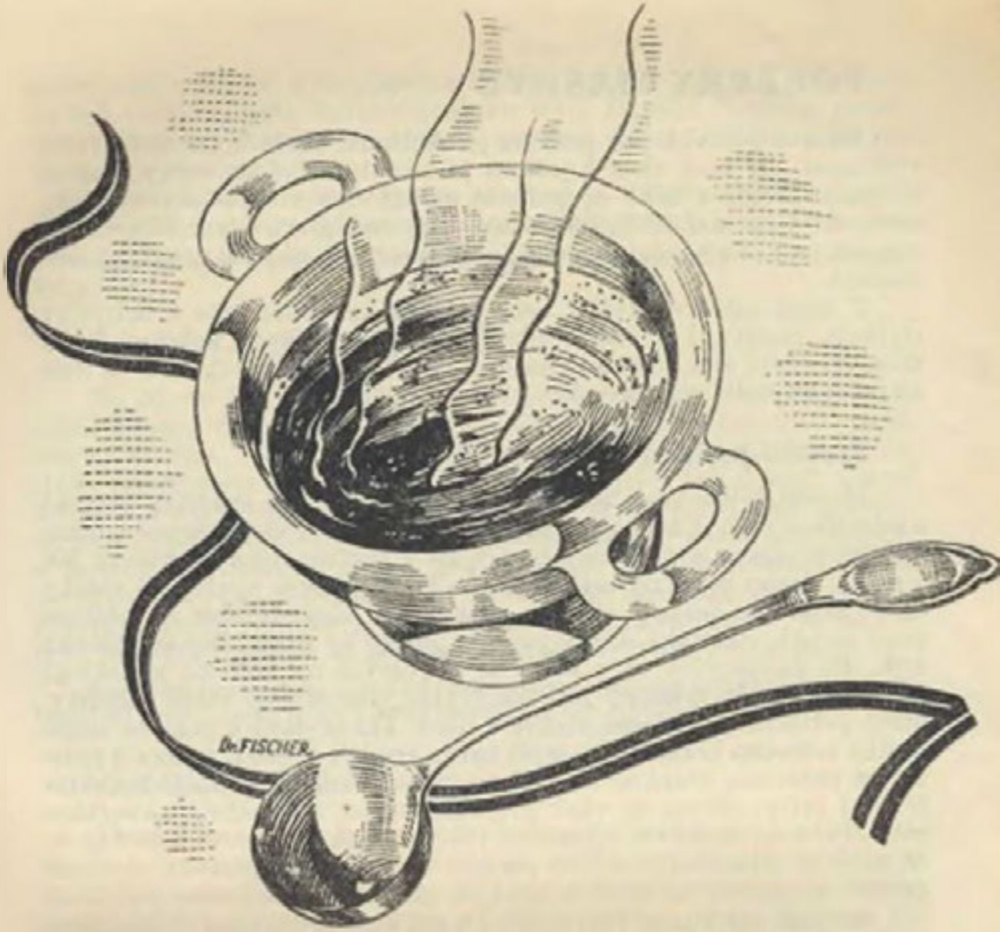
znalosti potřebují hoši dnes při skautingu, na vojně, ve válce a konečně onemocní matka anebo později žena, chopí se muž vaření znalý bez rozpaků vedení jednoduché kuchyně. Mladým hospodyním začátečnicím doporučuji, aby počaly s úpravou jídla co nejjednoduššího. Když se jim tato práce zdaří, a to jistě, pak vniknou postupně v době krátké až na dno umění kuchařskému. Hlavní zásadou pak jest naprostá čistota v kuchyni a při vaření. Nádobí nepoužívejme nadbytečně, aby stůl v kuchyni byl vždy prázdný a čistý. Před podáváním pokrmů záleží vždy na nejvkusnější úpravě jídla na mísy a prohlédněme je, než se nese na stůl, zda jest podávaný pokrm bezvadný. Uspoříme si tak nepříjemnosti, jsme-li manželem anebo hostem upozorněny na závadu v jídle. Je-li hospodyně při jídle chválena, učiní dobře, když se nepochlubí, jaké druhy masa, omastku a jiných přísad použila. Někdo nesnáší to a jiný ono. Jsou to věci zdánlivě nepatrné, avšak důležité. Od velkých věhlasných mistrů umění kuchařského se nikdy nedozvíte, jakým způsobem docílili výborné chuti Vám předloženého jídla.

Doufám, že po pětileté přestávce vydávání této knihy bude „Kniha rozpočtů a kuchařských předpisů“ opětně vodítkem a dobrým rádcem všem českým hospodyním, při jejich denní námaze a odpovědné práci, která jest od pradávna údělem žen hospodyní, aby nasytily co nejlépe svoji milou rodinu, a to při úspěšné šetrnosti nám svěřených peněz.

V Řevnicích v měsíci lednu 1946.

Marie Janků-Sandtnerová,

odborná učitelka.



I. O POLÉVKÁCH

Polévka je odvar z masa neb různých zelenin, hub a luštěnin, dále z ryb, želv, vajec, piva, vína neb z některých druhů ovoce. Při polévce rozeznává se základ, přídavky, zavářky a vložky.

ZÁKLAD: tvoří druh polévky.
PŘÍDAVEK: maso, zelenina, luštěniny, brambory.
ZAVÁŘKA: nudle, krupice, knedlíčky, strouhání a pod.
VLOŽKA: svítek, ssedlina, kroupy dušené a duš. rýže.

Dobrá polévka má býti: 1. *výživná*, proto se má použíti látek nejvýživnějších; 2. *lehce stravitelná*, tudíž je nutno ji důkladně povařiti. Polévka nebudiž příliš mastná! 3. *chutná*, proto používejme k její přípravě nejlepších látek a přídavků.

POLÉVKY MASOVÉ

Masová polévka jest prostou pochutinou, protože má nepatrnou výživnost; ale budí chuť k jídlu a působí dráždivě na nervy. Vaří-li se maso, přejde z něho do polévky pouze část aromatických látek, něco soli a jen asi 0·5% bílkoviny, tedy množství, které tělo zvlášť neposiluje. Cena hovězí polévky je v tom, co do ní bylo zavařeno neb vloženo.

Z masa mladých zvířat není polévka tak silná jako z dobytčat starších, poněvadž u oněch není ještě tak vyvinuta kořenná látka masová, která činí polévku chutnou. Také maso z krávy hodí se lépe na polévku nežli maso z vola.

Hovězí polévka.

Hovězí řídké kosti se rychle operou, vloží do studené, osolené a odměřené vody a nechají se ohřáti. Pak se k nim vloží oprané a lehce naklepané maso a polévka se vaří asi 1 hodinu mírným varem jen s jedné strany a ne po celé nádobě. Tímto varem vystupují vločky šumu (které se nesmějí sbírati) na povrch. Šum — pěna na polévce sráží se pak v kousky, které pomalu padají ke dnu, čímž se polévka čistí. Po hodinovém varu přidá se k polévce na kolečka nakrájená zelenina. Poměr zeleniny jest asi tento: více celeru, méně kapusty, méně petržele, ještě méně mrkve a póru. Též se dává k polévce vařiti hrstka zeleného hrášku. Pro lepší barvu rozdělí se celer, mrkev a petržel na polovinu, která se usmaží na loji s nakrájenou cibulí a nakrájenými játry; nesmí se však připáliti, neboť by dostala nahořklou chuť. Polévka se vaří se zeleninou 1½ hod. Pak se procedí a buď se do ní dává zavářka nebo se k ní podává vložka. Chuť polévky se zlepší čerstvými dušenými hříbky, rajským jablíčkem a sekanou pažitkou.

Rozpočet pro 5 osob: 1¼ *l* vody - 1¾ *dkg* soli - 75 *dkg* masa - 5 *dkg* kostí - 8 *dkg* zeleniny - 2 *dkg* cibule - 5 *dkg* čerstvých hříbků - 1 *dkg* loje - 2 *dkg* jater - 5 *dkg* zeleného hrášku - pažitka - 1 rajské jablíčko

Rychlá hovězí polévka.

Hovězí přední maso bez kostí se nakrájí na větší kousky a na masovém stroji se umele. Pak se vloží do osolené studené vody a zvolna se vaří asi ¾ hod. Potom se přidá na nudličky nakrájená kořínková zelenina a polévka se nechá ještě dobře povařiti. Procezená se podává s vaječnou ssedlinou a sekanou pažitkou. Maso se upotřebí na karbanátky neb na masový svítek. Polévka se koření strouhaným zázvorem, Maggiho kořením, nebo se povaří v polévce česnek.

Rozpočet pro 5 osob: 1½ *l* vody - 1½ *dkg* soli - 50 *dkg* masa - 8 *dkg* zeleniny - na špičku nože zázvoru nebo stroužek česneku - pažitka - 10 kapek Maggiho koření.

Polévka z kostí.

Hovězí kosti opereme ve studené vodě, načež je vložíme do studené slané vody a necháme je 1½ hod. zvolna vařiti. Pak přidáme

kořenovou zeleninu, a to polovinu syrové, druhou polovinu usmažíme na loji s cibulí. Nato vaříme polévku ještě 1½ hod. Polévku procedíme, necháme ji přijíti do varu a zavaříme do ní zavářku nebo podáváme k ní vložku.

Jako vložka se hodí: játrová ssedlina — zavářka: jaterní knedlíčky. — Do polévky můžeme přidati několik kapek Maggiho koření.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* kostí - sůl - 8 *dkg* zeleniny - 2 *dkg* cibule - 2 *dkg* loje.

Nepravá hovězí polévka.

Na pánev dáme rozehřáti na kostečky nakrájený morek z kostí, načež k tomu vložíme oprané křížové kosti (z páteře), nakrájená játra, srdce a slezinu. Vše dáme do trouby a chvíli opečeme, přidáme na koláčky nakrájenou zeleninu, cibuli a smažíme ještě tak dlouho, dokud zelenina s cibulí nezčervená. Zatím si do hrnce odměříme osolenou vodu na polévku, vložíme do ní usmažené kosti i s ostatním masem a vaříme ji na mírném ohni 1 hod. Pak polévku procedíme, zeleninu do ní prolisujeme, játra, slezinu i srdce jemně usekáme, dáme zpět do polévky, načež polévku přivedeme k varu a zavaříme do ní kapustové knedlíčky nebo k ní podáváme kapustový neb jiný svítek.

Rozpočet pro 5 osob: 5 *dkg* hovězího morku - 25 *dkg* křížové kosti - 5 *dkg* hovězích jater - 5 *dkg* srdce - 5 *dkg* sleziny - 8 *dkg* zeleniny - 3 *dkg* cibule - sůl.

Gulášová polévka.

Hovězí maso (od péra) a vepřové maso rychle opereme, nakrájíme na kostečky a osolíme. V kastrole na dobře rozpáleném másle neb rozehřátém morku si usmažíme do růžova drobně nakrájenou cibuli, do ni vložíme připravené maso, rajská jablíčka a chvíli dusíme. Po chvíli zaprášíme moukou, podusíme, aby mouka ztratila syrovou chuť, zamícháme, zalijeme polévkou ze zeleniny a maso udusíme do měkka. Pak je přidáme do ostatní polévky, do níž vložíme oloupané, na kostečky nakrájené syrové brambory, celý kmín a trochu tlučeného pepře. Polévku vaříme tak dlouho, až jsou brambory měkké.

Rozpočet pro 5 osob: 25 *dkg* masa hovězího - 10 *dkg* masa vepřového - sůl - 5 *dkg* másla neb morku - 3 *dkg* cibule - 5 *dkg* mouky - 8 *dkg* zeleniny - na špičku nože kmínu a tlučeného pepře - 25 *dkg* brambor - 2 rajská jablíčka nebo lžíce rajské zavařeniny

Oháňková polévka.

Hovězí masitou oháňku opereme, rozsekáme na kusy a osolíme. Na rozpáleném másle si usmažíme na plátky nakrájenou kořenovou zeleninu s cibulí, pepřem, bobkovým listem, tymiánem a nov. kořením. Do usmaženého vložíme připravené maso a udusíme do měkka. Měkké maso zbavíme kostí a nakrájíme na malé kousky. Ze šťávy připravíme polévku, vložíme do ní maso a zavaříme do ní na růžičky rozebraný květák.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* masité oháňky - 3 *dkg* másla - 3 *dkg* cibule - 10 *dkg* zeleniny - bobkový list - tymián - 1 zrnko nov. koření - 4 zrnka pepře - sůl - malý květák.

Dršťková polévka.

Dršťky se operou, posypou moukou, v ní dobře vymnou, vyperou ve studené vodě, pak se v soli vymnou, opět vyperou, poté se spaří a pak zase ve studené vodě vyperou a dají se vařiti. Za půl hodiny vodu slijeme, na dršťky nalijeme čistou, studenou vodu, osolíme a uvaříme je do měkka. Mezi vařením přidáme k nim na kolečka nakrájenou kořenovou zeleninu a uzené maso. Měkké dršťky nakrájíme na nudličky a uzené maso na kostečky. Procezenou polévku zahustíme žlutou jíškou, přidáme do ní kousek se solí utřeného česneku, pepř, majoránku, strouhaný zázvor, sekanou petrželku, nakrájené dršťky, uzené maso a polévku ještě dobře povaříme.

Rozpočet pro 5 osob: ½ *kg* dršťěk - sůl - 8 *dkg* zeleniny - 6 *dkg* másla - 8 *dkg* mouky - 2 zrnka pepře - strouh. zázvoru na špičku kulatého nože - 1 stroužek (malý) česneku - sůl, petržel, majorán - 12 *dkg* uzeného masa

Játrová polévka.

Opraná telecí játra zbavíme blan a nakrájíme je na stejné kousky. V kastrole usmažíme na másle na kolečka nakrájenou kořenovou zeleninu s cibulí, celým pepřem, novým kořením, bobkovým listem. Do usmaženého vložíme připravená játra a necháme je malou chvíli smažiti. Pak je zalijeme osolenou vařící vodou na polévku a udusíme vše do měkka (asi 10 minut). Pak odstraníme z udušených jater koření, načež je umeleme i se zeleninou na masovém strojku neb jen usekáme a vložíme do polévky, kterou zahustíme žlutou jíškou a dobře povaříme. Polévku okořeníme tluč. pepřem, nalijeme ji do mléka s umíchaným žloutkem a podáváme k ní sněhový neb i jiný svítek.

Před podáváním zamícháme do polévky v mléce žloutek tak, že syrové mléko se žloutkem nejdříve umícháme v polévkové míse, načež stále míchajíce přilijeme hotovou horkou polévku. Tímto způsobem se nám mléko se žloutkem nikdy v polévce nesrazí.

Rozpočet pro 5 osob: 10 *dkg* jater - 3 *dkg* másla - 8 *dkg* zeleniny - 3 *dkg* cibule - 3 zrnka pepře - 1 zrnko nového koření - malý bobkový list - 4 *dkg* másla - 6 *dkg* mouky - ⅛ *l* mléka - 1 žloutek - sůl.

Telecí polévka.

Oprané telecí kosti necháme s kořenovou zeleninou, na lístky nakrájenou, dobře povařiti. Pak ji procedíme, zeleninu jemně usekáme a přidáme zpět do polévky, načež přidáme do ní syrové, umleté telecí maso, sůl, na růžičky rozebraný syrový květák, zelenou petrželku, a vaříme polévku jen tak dlouho, dokud květák nezměkne. V polévkové míse si umícháme máslo a žloutek a stále míchajíce přilijeme mléka nebo smetany. Pak přidáme polévku, tlučený květ, do polévky zamícháme zvlášť udušenou rýži, kroupy nebo některý svítek.

Do polévky můžeme zavařiti řídkou jíšku ze 2 *dkg* másla a 2 *dkg* mouky a několik kapek Maggiho koření.

Rozpočet pro 5 osob: 30 *dkg* kostí - sůl - 8 *dkg* zeleniny - 25 *dkg* telecího masa - malá růže květáku - 3 *dkg* másla - 1 žloutek - ⅛ *l* mléka - 4 *dkg* rýže - sůl - zelená petrželka - tlučený květ.

Polévka z vepřového masa.

V osolené vodě povaříme na nudličky nakrájenou všechnu zeleninu (celer, mrkev, petržel, pórek a spařenou kapustu). V kastrole na másle neb sádle usmažíme si drobně nakrájenou cibulku, do ní vložíme na menší kousky nakrájené vepřové maso, osolíme a udusíme do měkka. Pak maso usekáme nebo na masovém strojku umeleme a dáme do zeleninové polévky. Zvlášť si upravíme z másla a mouky žlutou jíšku, zředíme ji polévkou, vložíme do ostatní polévky a dobře vše povaříme. Před podáváním si umícháme v polévkové míse mléko se žloutkem, načež stále míchajíce přilijeme polévku, okořeníme ji sekanou zelenou petrželkou a podáváme.

K polévce můžeme podávati některý svítek nebo do ní zamícháme zvlášť udušené krupky.

Rozpočet pro 5 osob: 1¾ *l* vody - sůl - 12 *dkg* zeleniny - 2 *dkg* másla neb sádla - 3 *dkg* cibule - 30 *dkg* vepřového ramínka neb bůčku. — *Jíška:* 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky - ¼ *l* mléka - 1 žloutek - zelená petržel - 2½ *dkg* krupek - ½ *dkg* másla.

Polévka z vepřového srdce.

Očištěné vepřové srdce vložíme do odměřené osolené studené vody na polévku a vaříme. Kořenovou zeleninu očistíme, opereme, nakrájíme na drobné kostečky a na másle do růžova usmažíme s jemně nakrájenou cibulkou; načež přidáme k srdci. Polévku zahustíme žlutou řídkou máslovou jíškou, měkké srdce nakrájíme na kostečky a přidáme se současně zvlášť uvařenými perličkami do polévky a vše dobře povaříme. Před podáváním okořeníme polévku sekanou zelenou petrželkou a několika kapkami Maggiho koření.

Rozpočet pro 5 osob: 25 *dkg* vepřového srdce - 1½ *l* vody - sůl - 15 *dkg* zeleniny (celer, mrkev, petržel) - 2 *dkg* cibule - 2 *dkg* másla na osmažení. *Na jíšku:* 3 *dkg* másla - 3 *dkg* mouky - 5 *dkg* krupek perliček - zelená petržel - 10 kapek Maggiho koření.

Ovarová polévka.

V osolené vodě s nakrájenou zeleninou a cibulí povaříme očištěnou vepřovou hlavu (bez mozečku). Měkkou hlavu vyndáme a do polévky, stále míchajíce, zavaříme krupici. Nebo vložíme do polévky zvlášť udušené kroupy. Před podáváním přidáme zelenou sekanou petrželku, okořeníme ji tlučeným pepřem a podáváme.

Vepřovou hlavu upravíme na mísu a podáváme k ní ustrouhaný křen, nebo kdo rád s hořčicí a chlebem, aneb kyselý křen s jablky (viz str. 179.).

Rozpočet pro 5 osob: 2 *l* vody - sůl - 10 *dkg* zeleniny - 3 *dkg* cibule - ½ vepřové hlavy - 2 *dkg* krupice neb dušené krupky - (2½ *dkg* krup - ½ *dkg* másla a ⅜ *l* polévky z hlavy) - zelená petržel - tlučený pepř.

Mozečková polévka.

Telecí nebo vepřový mozeček vložíme na několik minut do horké vody, pak jej odblaníme a udusíme na drobně nakrájené a na másle do růžova usmažené cibuli. Polévku ze zeleniny zahustíme žlutou jíškou a do dobře povařené zamícháme udušený mozeček. Před podáváním přidáme do polévky v mléce umíchaný žloutek, tluč. pepř, zel. petržel nebo pažitku. K polévce podáváme jako vložku žemlový svítek nebo smaženou, na nudličky nakrájenou žemli, nebo vaříme v polévce na růžičky rozebraný květák.

Rozpočet pro 5 osob: 1 vepřový mozeček - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* cibule - 4 *dkg* másla - 6 *dkg* mouky - 8 *dkg* zeleniny - sůl - pepř - zelená pažitka - ½ květáku - ⅛ *l* mléka - 1 žloutek.

Brzlíková polévka.

Brzlík dáme asi na půl hodiny do studené vody. Pak jej postavíme s vodou na sporák a necháme, až je voda horká. Nyní vodu slijeme, znovu zalijeme studenou vodou a necháme opět na plotně tak dlouho, až je voda horká, při čemž brzlík úplně zbělí a ztuhne. Potom odstraníme všechny šlachy a udusíme brzlík na másle. Zeleninovou osolenou polévku zahustíme žlutou jíškou, přidáme do ní na růžičky rozebraný vypraný květák a dobře ji povaříme. Před podáváním přidáme do polévky na kostečky nakrájený brzlík i se šťávou, ve které se dusil, tlučený pepř a sekanou pažitku. V polévkové míse v mléce umícháme celé vajíčko, načež přilijeme polévku a podáváme k ní vaječnou ssedlinu nebo některý svítek.

Rozpočet pro 5 osob: 1 telecí brzlík - 2 *dkg* másla - sůl - 8 *dkg* zeleniny - 4 *dkg* másla - 6 *dkg* mouky - 1 malý květák - 3 zrnka tluč. pepře - pažitku - ⅛ *l* mléka - 1 vejce.

Královská polévka.

V osolené vodě na polévku uvaříme do měkka telecí jazyk, načež jej z polévky vyndáme, vložíme do studené vody, pak oloupáme a nakrájíme na kostečky. Do polévky, ve které se jazyk vařil, přidáme na nudličky nakrájenou zeleninu, zředěnou žlutou jíšku, na másle udušený telecí brzlík, telecí maso, pečené kuře, vše nakrájené na kostečky, pak přidáme připravený jazyk, uvařený rozebraný květák, na lístky nakrájené, na másle udušené hříbky a vše ještě povaříme. Polévku okořeníme tlučeným květem, nalijeme ji do smetany s umíchaným žloutkem a podáváme k ní dvojitý svítek. (O svítku viz při vložkách.)

Rozpočet pro 5 osob: menší telecí jazyk - 8 *dkg* zeleniny - 4 *dkg* másla - 6 *dkg* mouky - ¼ růže květáku - půl telecího brzlíku - 1 hříbek asi 3 *dkg* těžký - 12 *dkg* telecího masa z plece - ¼ kuřete - na špičku nože květu - ⅛ *l* smetany - 1 žloutek.

Polévka z husích drůbků.

Husí hlavu, krk, křídla a nohy polijeme vařící vodou a vše očistíme. Pak vložíme očištěné drůbky s očištěným žaludkem, srdéčkem a nakrájenou zeleninou do osolené vody na polévku a vaříme zvolna asi 1 ¾ hod. Pak polévku procedíme, zahustíme ji světležlutou jiškou, přidáme do ní na kostečky nakrájené drůbky, rozebraný květák, na másle udušené hříbky a polévku ještě dobře povaříme. Před podáváním zavaříme do ní houskové knedlíčky, tlučený květ a usekanou zelenou petržel.

Rozpočet pro 5 osob: 1 husí drůbky - 8 *dkg* zeleniny - 4 *dkg* másla - 5 *dkg* mouky - sůl - půl růže květáku - 1 hřib - tlučený květ - zelená petržel - 1 *dkg* másla na hřiby

Polévka ze sleziny s kroupami.

Na másle si usmažíme drobně nakrájenou cibuli se zelenou usekanou petrželí. Potom přidáme uškrábanou slezinu, pepř, sůl a trochu majoránky, strouhanou žemli a vše dobře upražíme. Pak to zalijeme vodou, v níž se uvařily kroupy do měkka, přidáme kousek se solí utřeného česneku, kroupy a polévku ještě dobře povaříme.

Rozpočet pro 5 osob: 10 *dkg* sleziny - 5 *dkg* másla - zelená petržel - 3 *dkg* cibule - 10 *dkg* žemle - 3 zrnka tluč. pepře - sůl - špetka majoránky - 4 *dkg* krup - a malý stroužek česneku

Polévka z plic.

Kousek telecích nebo vepřových plic, nebo kozlečí kořínek uvaříme do měkka se zeleninou ve slané vodě. Uvařené plíce nakrájíme na nudle, polévku z nich zahustíme světležlutou jiškou, přidáme do ní rozkrájené plíce, trochu kmínu, tluč. pepře a před podáváním smetanu se žloutkem. Polévka se již ničím nezavařuje.

Rozpočet pro 5 osob: 25 *dkg* plic nebo kozlečí kořínek - sůl - pepř - 8 *dkg* zeleniny - kmín - 4 *dkg* másla - 6 *dkg* mouky - ⅛ *l* smetany - 1 žloutek.

Bouillon.

Lehce oprané hovězí maso, hovězí morkové kosti, telecí kosti, vykuchaného starého holuba a půl slepice rozsekáme na malé kousky. Na morku z kostí usmažíme na koláčky nakrájený celer, petržel, mrkev a cibuli. Do toho vložíme hovězí maso, hovězí játra, slepici a holuba, polijeme vodou, přidáme telecí i hovězí kosti, sůl a zvolna vaříme 2 hodiny i déle. Pak polévku procedíme, necháme ustáti a omastek sebereme. Nyní polévku vyčistíme bílkem, procedíme ubrouskem a horkou podáváme v šálcích.

Rozpočet pro 5 osob: 100 *dkg* hovězího masa - 50 *dkg* hov. morkových kostí - 50 *dkg* telecích kostí - 1 starý holub - půl slepice - 6 *dkg* zeleniny - 2 *dkg* cibule - 5 *dkg* jater - sůl. - (Jak se polévka čistí bílkem, viz poučení při čištění aspiku str. 72.)

Polévka pro nemocné.

Do studené, málo osolené vody dáme na menší kousky nakrájené hovězí maso, očištěného, nakrájeného holuba, jakož i játra, srdečko i vyčištěný žaludek a polévku na mírném ohni zvolna vaříme 1½ hod. Poté ji procedíme a přidáme do ní jemné masíčko z holuba, játra a srdečko. Je-li polévka příliš mastná, tak sebereme. Do polévky zeleninu nedáváme. Před podáváním zamícháme do ní žloutek.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* hovězího masa (péro) - 1 holub - sůl - 1 žloutek.

Ledvinková polévka I.

Hovězí nebo telecí neb vepřovou ledvinu rozkrájíme na plátky, vypereme v několika vodách a dáme ji okapati. V kastrole na rozpáleném másle si usmažíme do růžova drobně rozkrájenou cibulku, do ní vložíme ledvinu a necháme ji chvíli na plotně; pak přidáme sůl, tlučený pepř a mouku, dobře zamícháme, zalijeme zeleninovou polévkou, přikryjeme poklicí a udusíme vše do měkka. Pak ledvinu umeleme neb usekáme, vložíme do zeleninové polévky, načež polévku zahustíme řídkou máslovou jíškou a dobře povaříme. Posléze zamícháme do polévky žloutek a podáváme ji s osmaženou žemlí neb smaženým hráškem.

Rozpočet pro 5 osob: 15 *dkg* ledvin - 3 *dkg* másla - 3 *dkg* cibule - sůl - 3 zrnka pepře - 2 *dkg* mouky - 2 *dkg* zeleniny - 4 *dkg* másla - 4 *dkg* mouky - 1 žloutek

Ledvinková polévka II.

Oprané vepřové ledvinky nakrájíme a udusíme se zeleninou na sádle. Zvlášť udusíme na másle na kostky nakrájené housky. Po chvíli zalijeme housky polévkou z kostí neb osolenou vodou a úplně je rozvaříme, načež je prolisujeme. Udušené ledvinky umeleme a přidáme do polévky s prolisovanou houskou. Do hotové polévky přidáme trochu pepře. Podobně můžeme připraviti také polévku z telecích nebo hovězích jater. K polévce podáváme některý svítek.

Rozpočet pro 5 osob: 10 *dkg* ledvinek - 8 *dkg* housky - 8 *dkg* zeleniny - 3 *dkg* sádla - 5 *dkg* másla - tlučený pepř - sůl

Polévka kroupová s telecím a vepřovým masem.

Do oloupaných, na kostečky nakrájených brambor vložíme na kostečky nakrájené telecí a vepřové maso. Potom rozehřejeme máslo v hrnci s dobře přiléhající pokličkou, nejlépe v hrnci parním, načež přidáme brambory s nakrájeným masem, oprané kroupy, na kostečky nakrájenou zeleninu, sůl, kmín, vodu a vše vaříme asi 1½ hodiny. Polévka se necedí, ale je-li třeba, přidá se voda nebo polévka z kostí a několik kapek Maggiho koření.

Rozpočet pro 5 osob: 2 *dkg* másla - 6 *dkg* krupek - 30 *dkg* telecího a vepřového masa - 1¾ litru vody - 3 brambory - pór - celer - mrkev - kmín - sůl.

Polévka ze slepice.

Na jednu starou, vykuchanou a očištěnou slepici počítáme 3½ *l* vody. Vložíme ji do studené osolené vody a vaříme ji se zeleninou jako hovězí polévku jenom na mírném žáru, často až 3 hodiny. Pak polévku scedíme a zavaříme. Zavaříme vše jako do hovězí polévky. Maso se slepice obereme, nakrájíme a přidáme do polévky. (Je-li však slepice velmi stará a maso tvrdé, umeleme nebo rozsekáme a připravíme z něho haši.) Viz haše z hovězího masa str. 98.

Nepravá želvová polévka.

Syrovou telecí hlavu dobře očistíme, vyjmeme oči a vyřízneme čelisti i se zuby. Hlavu rozsekneme, mozeček vyndáme a hlavu vložíme do 5 litrů osolené vody. Poté přidáme k hlavě cibuli, očištěný pórek, mrkev, celer a malou šunkovou kost. Vše povaříme 1 hodinu. Pak z hlavy obereme maso, vyndáme jazyk a dáme zatím na talíř; kosti vložíme zpět do polévky a vaříme vše ještě asi dvě hodiny tak, aby v hrnci zbyly asi 2 litry dobré polévky. Potom polévku procedíme přes čistý ubrousek do jiného hrnce a postavíme zatím na teplé místo. Pak si oloupáme žampiony, není-li žampionů, tedy hříbky, kousek pěkného měkkého tuřínu, celer a mrkev nakrájíme na malé kostečky, vše dáme do čistého hrnce, zalijeme trochu polévkou a uvaříme ne zcela do měkka. Do kastrolu na rozpálené máslo vložíme polouvařenou zeleninu, přidáme na kostečky nakrájenou šunku a stále míchajíce asi 10 minut necháme hodně zčervenat. Poté přidáme mouku a mícháme ještě tak dlouho, až se vše s moukou spojí. Nyní přidáme za stálého míchání ostatní procezenou polévku a povaříme ještě 5—10 minut. Maso z hlavy a oloupaný jazyk nakrájíme na tenké proužky a přidáme do polévky. Polévku dobře promícháme, podle chuti přidáme madeirského vína, citronovou šťávu a ještě 3 minuty povaříme. Pak vložíme do polévky mozečkovou ssedlinu a neseme k podávání na stůl. Ssedlinu upravíme z mozečku, viz úpravu str. 44.

Rozpočet na přípravu polévky z 1 telecí hlavy, t. j. pro 10—15 osob: 1 telecí hlava - 5 *l* vody - 5 *dkg* cibule - 1 pórek - 5 *dkg* mrkve - 8 *dkg* celeru - 1 *kg* šunkové kosti - 6 žampionů neb 25 *dkg* hříbků - 5 *dkg* tuřínu - 5 *dkg* celeru - 3 *dkg* mrkve - 15 *dkg* másla - 20 *dkg* šunky - 12 *dkg* mouky - ¼ *l* vína madeira - a z ½ citronu šťávy.

Francouzská zeleninová polévka.

Hovězí maso (od péra) vložíme do studené osolené vody a vaříme je asi ½ hodiny. Potom přidáme k masu kořenovou, na jemné nudličky nakrájenou zeleninu, rovněž tak nakrájenou, ale spařenou kapustu, pak přidáme ještě do polévky oloupanou, na kostečky nakrájenou brukev, na růžičky rozebraný květák, zelený hrášek a polévku vaříme dále tak dlouho, až všechna zelenina i maso změkne. Před podáváním maso vyndáme, nakrájíme na kostečky, vložíme zpět do polévky, načež obarvíme polévku odvarem z cibule usmažené na másle, přidáme sekanou zel. pažitku nebo zel. petrželku a jako

vložku dáme do polévky mozečkovou nebo vaječnou ssedlinu (viz vložky str. 43—44).

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* hov. masa (péra) - sůl - ¼ celeru - ½ malé mrkvičky - malý kousek kořínku petržele - ¼ kapusty - ½ malého květáku - 1 menší brukev - 10 *dkg* zel. hrášku - 2 *dkg* cibule - ½ *dkg* másla - zelená petrželka neb pažitka.

Polévka ragout.

V kastrole na másle si usmažíme do růžova drobně nakrájenou cibulku, do ní vložíme telecí maso, osolíme je a malou chvíli dusíme. Pak k němu přidáme kuře a brzlík a vše udusíme do měkka. (Při dušeni maso podlijeme vodou.) V osolené vodě na polévku povaříme (ovšem dříve zředěnou) žlutou jíšku, načež přidáme do polévky na růžičky rozebraný, očištěný květák, zelený čerstvý neb konservovaný hrášek, nakrájený chřest a na másle udušené, na lístky nakrájené hříbky. Dále přidáme i s polévkou vařený, oloupaný, na kostečky nakrájený vepřový nebo telecí jazýček, udušené, na kostečky nakrájené telecí maso, brzlík, kostí zbavené kuře i šťávu z dušení a polévku ještě dobře povaříme. Před podáváním přidáme do ní v mléce nebo ve smetaně umíchaný žloutek, tlučený pepř a sekanou zelenou pažitku neb petrželku. Jako vložku podáváme mozečkový svítek,

Rozpočet pro 5 osob: 2 *dkg* másla - 2 *dkg* cibule - sůl - 10 *dkg* telec. masa - 1 menší telecí brzlík - 1 vepř. jazyk - ¼ kuřete - 2 hřiby - 1 *dkg* másla - 10 *dkg* chřestu - 5 *dkg* hrášku - ½ růže malého květáku - jíška z 3 *dkg* másla a 3½ *dkg* mouky - 3 lžíce sladké smetany - 1 žloutek - zelená pažitka neb petrželka.

Jaternicová polévka.

Do osolené, odměřené, vlahé vody na polévku vložíme vepřové maso a na nudličky nakrájenou zeleninu a vše uvaříme do měkka. Poté maso vyndáme, nakrájíme na drobné kostečky, dáme zpět do polévky, načež přidáme do ní dobrou, procezenou vepřovou krev, zvlášť do měkka uvařené kroupy a na sádle usmaženou, drobně nakrájenou cibulku. Dle chuti okořeníme polévku majoránkou, tluč. pepřem, strouhaným zázvorem, utřeným česnekem a povaříme ji. Místo krup můžeme v polévce povařiti na kostečky nakrájené brambory.

Rozpočet pro 5 osob: 15 *dkg* vepřového masa (raménko) - sůl - 5 *dkg* zeleniny - ¼ *l* vepřové krve - 5 *dkg* krup nebo 15 *dkg* brambor - 2 *dkg* sádla - 2 *dkg* cibulky - majoránka - 4 zrnka tluč. pepře - malý stroužek česneku - na špičku nože zázvoru.

Uzená polévka s praženou krupicí.

Uzenou polévku připravujeme obyčejně, vaříme-li uzené maso. Ku příkladu na knedlíky s uzeným masem nebo bramborový závin s uzen. masem a pod. Přitom vždy přihlížíme, abychom měly chutné maso a proto ho vkládáme do vařící vody, takže polévka jest méně chutná. Pro lepší chuť upravíme uzenou polévku takto: Z uvařeného masa polévku procedíme, podle chuti osolíme, přidáme do ní na

nudličky nakrájenou kořennou zeleninu, máslovou jíšku a na másle usmaženou krupici a polévku vaříme jen tak dlouho, dokud zelenina nezměkne. Poté umícháme v polévkové míse v mléce vejce, sekanou zel. petrželku a stále míchajíce, nalijeme do ní polévku a podáváme.

Rozpočet pro 5 osob: 1 ½ *l* polévky z uzeného masa - sůl - 8 *dkg* zeleniny - 2 *dkg* másla - 4 *dkg* krupice. — *Jíška:* 1 ½ *dkg* másla - 1 ½ *dkg* mouky - ⅛ *l* mléka - 1 vejce - zelená petržel.

Ságová polévka.

Přebrané ságo vypereme v teplé vodě, načež je vložíme do procezené hovězí polévky a vaříme je, až je průhledné.

Ruská polévka Boršč.

Očištěné hovězí žebro vložíme do odměřené osolené vody na polévku a povaříme 25 minut. Červenou řepu dobře očistíme, nakrájíme na nudličky a dáme dusit zvlášť do kastrolu na cibulku zpěněnou na másle. Při dušení pokapeme řepu octem. Hlávkové zelí zbavíme košťálu, očistíme, nakrájíme na nudličky a prolijeme vařící vodou. Celer, mrkev, petržel očistíme, nakrájíme na nudličky, červená rajská jablíčka rozkrájíme na větší kousky. Udušenou řepu, spařené zelí, zeleninu a rajská jablíčka přidáme k povařenému masu a vaříme tak dlouho, až maso změkne. Měkké maso vyndáme, do polévky přidáme řídkou máslovou jíšku a znovu povaříme. Před podáváním polévku podle chuti okyselíme octem, málo osladíme a okořeníme sladkou paprikou. Polévka je chuti sladkokyselé. K polévce podáváme úplně zvlášť v malých nádobkách kyselou smetanu.

Vyvařené maso z polévky můžeme upotřebiti na nádivku do nudlových taštiček (pirožku) nebo sekanou na pečeni, anebo je usekané přidáme do polévky.

V polévce můžeme též do měkka povařiti na kostečky nakrájené brambory a místo nakrájených jablíček můžeme jablíčka prolisovati sítem do polévky.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* hovězího žebra - 1 ½ *l* vody - sůl - 15 *dkg* červené řepy - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* cibule - 1 lžíce octa - 15 *dkg* hlávkového zelí - 10 *dkg* celeru - 5 *dkg* petržele - 5 *dkg* mrkve - 10 *dkg* rajských jablíček - 1 *dkg* cukru. *Na jíšku:* 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky, na špičku nože papriky. *Na podávání:* 20 lžic kyselé smetany.

Polská polévka.

Očištěnou červenou řepu nakrájíme na plátky, polijeme teplou vodou, přidáme kůrku chleba a necháme v kuchyni na teplém místě 3 dny kvasit. Před úpravou polévky očistíme si hovězí žebro, vepřový lalok neb vepřové koleno a dáme vařit do odměřené osolené vody na polévku, asi 25 minut. Pak přidáme k masu očištěnou kořenovou zeleninu, červenou řepu, vše na nudličky nakrájené, v celku stroužek česneku a znovu povaříme. Jakmile maso změkne, zalijeme polévku šťávou z vykvašené řepy, povaříme a procedíme. Poté zavaříme do po-

lévky taštičky z nudlového těsta, plněné sekaným masem. Ostatní maso též usekáme, dáme do polévky a dobře vše povaříme. Před podáváním přidáme do polévky kyselou smetanu. Polévka musí míti pěknou barvu a nakyslou chuť.

Rozpočet pro 5 osob: *Na naložení:* 15 *dkg* řepy - ½ litru vody - 4 *dkg* chlebové kůrky. *Na polévku:* 25 *dkg* hovězího žebra - 25 *dkg* vepřového laloku nebo kolena - 1½ litru vody - 1½ *dkg* soli - 10 *dkg* kořenové zeleniny - 10 *dkg* červené čerstvé řepy - 2 stroužky v celku česneku - ¼ litru šťávy z vykvašené řepy - 3 lžíce kyselé smetany.

Polévka rybí.

Do osolené vody na polévku vložíme na jemné nudličky nakrájenou kořenovou zeleninu (nejvíce celeru) a vše dobře povaříme. Hlavu kapra, zbavenou skřelí, zalijeme vodou a vaříme zvlášť asi 10 minut. Maso z hlavy zbavíme kostí a přidáme k zeleninové polévce s procezenou polévkou z hlavy. Nyní zahustíme polévku žlutou jíškou a dobře povaříme. Vnitřnosti, dobře oprané, nakrájíme, vložíme do polévky a povaříme je nejméně 20 minut. Před podáváním okořeníme polévku tlučeným květem, zelenou pažitkou a podáváme k ní na nudličky nakrájenou a na másle usmaženou housku. V polévce můžeme povařiti na růžičky rozebraný květák. Na nudličky nakrájenou zeleninu můžeme dříve na másle usmažiti a pak dáti teprve vařiti.

Rozpočet pro 5 osob: 8 *dkg* zeleniny - sůl - 4 *dkg* másla - 5 *dkg* mouky - játra - jikry neb mléčí - rybí hlava z kapra - na špičku nože tlučeného květu - pažitka - 15 *dkg* květáku - 8 *dkg* housky - 1 *dkg* másla.

POLÉVKY VODOVÉ

Při polévkách vodových jest nejdůležitější jíška. Ta budiž vždy připravena z dobrého tuku, nejlépe másla nebo loje a mouky prosáté. Je nutno, aby měla určitý stupeň barvy, podle toho, do které polévky se vkládá. Dříve než ji vložíme do polévky, zředíme ji však vodou neb zeleninovým odvarem a důkladně ji povaříme. Každá polévka s jíškou má se nechati nejméně ½ hodiny povařiti, pak jest nejen chutná, ale také lehce stravitelná a výživná.

Rozeznáváme tři stupně jíšky:

I. stupeň: jíška barvy světležluté.
II. stupeň: jíška barvy žluté.
III. stupeň: jíška barvy červené.

Jíšku I. stupně vkládáme do polévek ze zeleniny.
Jíšku II. stupně vkládáme do polévek luštěninových.
Jíšku III. stupně vkládáme do polévek kořeněných, jako jest kmínová, bramborová a pod.

Cibulová polévka.

Z dobře rozehřátého másla a prosáté mouky si připravíme jíšku I. stupně. Do ní přidáme drobně nakrájenou cibuli a jíšku upražíme

do žluta (II. st.). Pak ji zředíme osol. vodou nebo polévkou z kostí a dobře povaříme. Před podáváním ji okořeníme tlučeným pepřem a podáváme k ní sněhulky z páleného těsta, viz str. 47.

Rozpočet pro 5 osob: 6 *dkg* másla - 8 *dkg* mouky - 6 *dkg* cibule - sůl - tluč. pepř.

Kmínová polévka.

Na rozpáleném másle si usmažíme na jemné nudličky nakrájenou kořenovou zeleninu a půl kávové lžičky tluč. kmínu. Takto usmaženou zeleninu přidáme do osolené vody na polévku, načež polévku zahustíme červenou jíškou a vše dobře povaříme. Pak ji opepříme a zavaříme do ní třené nočky a přidáme zel. petrželku.

Rozpočet pro 5 osob: 1 ¼ *l* vody - 4 *dkg* másla - 8 *dkg* zeleniny - sůl - kmín - 3 *dkg* másla - 4 *dkg* mouky - tlučený pepř - zelená petrželka

Polévka z čerstvých hříbků.

Žlutou máslovou jíšku zředíme zeleninovou polévkou a dobře ji povaříme. Čerstvé hříbky očistíme, nakrájíme na lístky a udusíme na másle s jemně usekanou cibulkou, zel. petrželkou a kmínem. Udušené hříbky vložíme do osolené polévky. Před podáváním přidáme do polévky v mléce umíchaný žloutek a utlučený pepř. Vložka: vaječná ssedlina.

Rozpočet pro 5 osob: 1 ¼ *l* vody - 25 *dkg* hříbků - 2 *dkg* másla - zel. petrželka - na špičku nože kmínu - 2 *dkg* cibulky - 8 *dkg* zeleniny. — *Jíška:* 4 *dkg* másla - 5 *dkg* mouky - 3 zrnka tlučeného pepře - sůl - ⅛ *l* mléka - 1 žloutek.

Polévka ze suchých hříbků.

Pěkné, suché houby ve studené vodě opereme, zalijeme mlékem a uvaříme do měkka. Pak je usekáme, udusíme na másle s drobně nakrájenou cibulkou, přidáme do osolené zeleninové polévky, kterou jsme zahustily žlutou jíškou, a polévku dobře povaříme. Do hotové zavaříme kapání a okořeníme tluč. pepřem a zel. petrželkou.

Rozpočet pro 5 osob: 1 *dkg* hub - 1 *dkg* másla - 8 *dkg* zeleniny - 2 *dkg* cibulky - 3 *dkg* másla - 5 *dkg* mouky - 3 zrnka pepře - ⅛ *l* mléka na houby - sůl.

Mléčná houbová polévka.

Ve studené kyselé smetaně umícháme dobře vejce, mouku a sůl. Poté do ní stále míchajíce nalijeme vařící vodu s kmínem, ve které jsme povařily očištěné, na plátečky nakrájené hříbky neb i jiné jedlé houby (lišky, ryzce) a polévku ještě povaříme malou chvíli. Nežli polévku podáváme, okyselíme ji citronovou šťávou neb octem a podáváme k ní chlebíček, nakrájený na jemné kostečky a usmažený na másle.

Rozpočet pro 5 osob: ⅜ *l* kys. smetany - 1 vejce - 3 ½ *dkg* mouky - sůl - 1 ¼ *l* vody - na špičku nože kmínu - 15 *dkg* hříbků (lišek neb ryzců) - 4 lžíce citronové šťávy neb octa - 8 *dkg* chleba - 1 *dkg* másla

Bramborová polévka.

Čistě oprané, oloupané brambory nakrájíme na stejné kostečky a vložíme je do osolené vody. Hned k nim přidáme na nudličky nakrájenou zeleninu a nakrájenou, spařenou kapustu, trochu kmínu a majoránky. Když se polévka chvíli vařila, zahustíme ji červenou jíškou a ½ hodiny povaříme. Do polévky přidáme čerstvé houby dříve udušené na másle, nebo suché houby, které jsme povařily v mléce a pak udusily na másle. Před podáváním okořeníme polévku tluč. pepřem, sekanou zel. petrželkou a stroužkem utřeného česneku.

Rozpočet pro 5 osob: 1½ *l* vody - 50 *dkg* brambor - 8 *dkg* zeleniny - ¼ hlávky kapusty - 6 *dkg* másla - 8 *dkg* mouky - ½ *dkg* hub suchých nebo 10 *dkg* čerstvých hříbků - sůl - majoránku - 1 stroužek česneku - 3 zrnka pepře - kmín - 3 lžíce mléka na suché houby.

Bramborová polévka s hrachem.

V osolené vodě uvaříme do měkka oloupané, nakrájené brambory. Přebraný, vypraný hrách vložíme do hrnce, zalijeme jej studenou vodou, aby byl potopen, přidáme na špičku nože čištěné sody (bikarbonát). Na hrách položíme pokličku, hrnek též přiklopíme, načež jej dáme do velkého hrnce se studenou vodou, který rovněž přiklopíme a hrách bez míchání uvaříme v páře úplně do měkka. Z másla a mouky připravíme žlutou jíšku s cibulkou a prolisujeme do ní uvařené brambory i hrách. Poté ji zředíme vodou z brambor a zeleninovou polévkou, dáme ji zpět do ostatní zeleninové polévky, okořeníme majoránkou, podle chuti přisolíme, přidáme čerstvé houby nakrájené a udušené na másle nebo suché houby v mléce uvařené. Do polévky dáme též na másle udušené, vodou zalité kroupy (perličky) a polévku ještě důkladně povaříme. Před podáváním ji okořeníme tluč. pepřem a utřeným česnekem. Místo krup můžeme povařiti v polévce na kolečka nakrájenou moravskou klobásu.

Rozpočet pro 5 osob: 25 *dkg* brambor - sůl - 25 *dkg* zeleného hrachu - na špičku nože čištěné sody - 4 *dkg* másla - 4 dkg mouky - 2 *dkg* cibule - 8 *dkg* zeleniny - 1½ *l* vody - špetku majoránky - 10 *dkg* čerstvých hřibů - 1 *dkg* másla nebo ½ *dkg* suchých hřibů a 3 lžíce mléka - 2 *dkg* krup (perliček) - ½ *dkg* másla - 3 zrnka tluč. pepře - ½ stroužku česneku. - Místo krup 5 *dkg* moravské klobásy neb české uzenky

Jemná bramborová polévka.

Vyprané brambory uvaříme ve slupce do měkka. Světležlutou máslovou jíšku zředíme zeleninovou osolenou polévkou, přidáme trochu kmínu, oloupané prolisované brambory a dobře povaříme. V polévkové míse umícháme kyselou smetanu se žloutky a stále míchajíce přiléváme povařenou polévku. K polévce podáváme na másle usmaženou, na nudličky nakrájenou žemli. Tuto polévku podáváme též dětem.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* brambor - sůl - 10 *dkg* zeleniny. — *Jíška:* 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky - kmín - ¼ *l* kyselé smetany - 2—3 žloutky - 1 žemle - 1½ *dkg* másla.

Bramborová lisovaná polévka.

Na rozpáleném másle a nakrájené zelenině a cibuli udusíme na plátky rozkrájená telecí játra. Oloupáme brambory, rozkrájíme je a uvaříme do měkka v osolené vodě na polévku. Horké brambory prolisujeme, zředíme vodou, ve které se vařily, aby vznikla řídká polévka, přidáme k nim udušená játra i s jemně usekanou zeleninou, polévku zahustíme řídkou žlutou jíškou, přidáme do ní houby, zvlášť v mléce uvařené a na másle udušené, načež polévku dobře povaříme. Pak přidáme tluč. pepř, zel. petržel a v mléce umíchaný žloutek. Polévka může se připraviti též bez jater. Jako vložku podáváme: smažené bublinky z nudlového těsta, nebo zavaříme do polévky tyrolské aneb morkové knedlíčky, ovšem dříve nežli přidáme mléko a žloutek. (Bublinky viz str. 47.)

Rozpočet pro 5 osob: 3 *dkg* másla - 8 *dkg* zeleniny - 5 *dkg* jater - 2 *dkg* cibule - 25 *dkg* brambor - sůl - ½ *dkg* hub suchých nebo 10 *dkg* čerstvých hub - ⅛ *l* mléka - 1 žloutek - 4 *dkg* másla - 4 *dkg* mouky - pepř - zelená petržel.

Mléčná bramborová polévka.

V osolené vodě uvaříme oloupané, nakrájené brambory s kmínem do měkka. Poté je prolisujeme lisem na brambory neb je umeleme na masovém strojku, zalijeme vařícím mlékem, podle potřeby přidáme scezenou vodu z brambor, aby vznikla přiměřeně zahoustlá polévka. Pak do ní zamícháme drobně nakrájenou cibulku, usmaženou na dobře rozpáleném másle a na kostečky nakrájené, vařené uzené maso neb usmažený chlebíček nakrájený na kostečky.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* brambor - sůl - kmín - ¼ *l* mléka - 4 *dkg* másla - 4 *dkg* cibulky - 10 *dkg* uzeného masa (polévky z masa upotřebíme do ostatní polévky) neb 10 *dkg* chleba - 1 *dkg* másla.

Polévka z ovesných vloček.

Ovesné vločky zalijeme studenou vodou, přidáme máslo, sůl a vše rozvaříme. Na nudličky nakrájíme zeleninu a povaříme ji ve slané vodě. Vločky prolisujeme žíněným sítem, přidáme k zelenině a polévku necháme ještě chvíli povařiti. Než ji podáváme, zamícháme do ní smetanu se žloutkem, kousek rozpáleného másla a sekanou petrželku. — *Vložka:* smažený hrášek.

Rozpočet pro 5 osob: 7 *dkg* ovesných vloček - 2 *dkg* másla - sůl - 6 *dkg* zeleniny - ⅛ *l* sladké smetany - 5 *dkg* másla - 1 žloutek - zelená petrželka.

Milánská polévka.

Na másle si usmažíme drobně nakrájenou cibulku, do ní vložíme nakrájenou spařenou kapustu, vše osolíme, opepříme, zalijeme vařící vodou a udusíme do měkka. Měkkou kapustu vložíme do vařící polévky z kostí neb jen do vody, načež k ní přidáme prolisované rajské jablíčko, zvlášť udušenou rýži a houby a pak polévku dobře

povaříme. Do hotové přidáme ustrouhaný parmezánský neb ementálský sýr, utlučenou papriku a několik kapek Maggiho koření.

Rozpočet pro 5 osob: 6 *dkg* másla - 4 *dkg* cibulky - ½ hlávky menší kapusty - sůl - paprika - 2 *dkg* másla - 5 *dkg* rýže - 1 jablíčko - 1 hříbek - 1 *dkg* parmezánského neb ementálského sýra

Jáhlová polévka.

Jáhly se přeberou, operou a dvakráte spaří. Pak je dáme do kamenného hrnce na rozpálené máslo, zalijeme vodou a udusíme do měkka. Zvlášť upravíme žlutou jíšku, zředíme ji zeleninovým odvarem, osolíme, přidáme k ní uvařené jáhly, dušené, rozkrájené houby a polévku ještě povaříme. Před podáváním přidáme do polévky 10 kapek Maggiho koření.

Rozpočet pro 5 osob: 4 *dkg* jahel - 2 *dkg* másla - 5 *dkg* másla - 4 dkg mouky - ½ *dkg* suchých hub nebo 5 *dkg* čerstvých - 8 *dkg* zeleniny - sůl.

Krupovka.

Pěkné perlové kroupy přebereme, dáme je do kamenného hrnce, zalijeme je studenou vodou, osolíme a uvaříme do měkka. Poté do krup přidáme máslo, na špičku nože květu a dobře je umícháme. Vzniklou kaši zalijeme dobrou čistou hovězí polévkou a žíněným sítem kroupy prolisujeme. V jiné nádobě umícháme ve smetaně žloutky a stále míchajíce přilijeme kroupovou polévku. Takto upravenou polévku podáváme v šálcích s citronem na kolečka nakrájeným uzdravujícím se, nebo se podává večer při domácích hostinách.

Rozpočet pro 5 osob: 7 *dkg* perlových krup - sůl - 2 *dkg* másla - na špičku nože tluč. květu - ⅛ *l* sladké smetany - 2 žloutky - 1¼ *l* hovězí polévky - 1 citron.

Kroupová polévka.

Přebrané velké kroupy utlučeme, dáme do kamenné nádoby, zalijeme studenou vodou a necháme je zvolna přijíti do varu; pak je uvaříme do měkka. Měkké kroupy sítem prolisujeme. Z másla a mouky si připravíme světležlutou jíšku, zamícháme do ní prolisované kroupy, načež ji zředíme polévkou ze zeleniny a polévku dobře povaříme. Pak přidáme do ni na másle udušené, nakrájené hříbky neb suché hříbky v mléce povařené a usekané a polévku povaříme ještě chvíli. Před podáváním přidáme do ní tlučený pepř a sekanou zel. petrželku. Též můžeme přilíti do polévky v mléce umíchaný žloutek.

Rozpočet pro 5 osob: 4 *dkg* velkých krup - 4 *dkg* másla - 4 *dkg* mouky - 8 *dkg* zeleniny - sůl - 1 *dkg* másla - 2 čerstvé hříbečky neb ½ *dkg* suchých hříbků - 3 zrnka tluč. pepře - $^{1}/_{16}$ *l* mléka - 1 žloutek.

Krupicová polévka.

Na rozehřátém másle si usmažíme krupici do růžova. V odměřené, osolené vodě na polévku povaříme na jemné nudličky nakráje-

nou mrkev, celer, petržel a spařenou kapustu. Pak zahustíme polévku světležlutou jíškou, zavaříme do ní usmaženou krupici a dobře ji povaříme. Před podáváním přidáme do polévky na špičku nože tlučeného květu a zelenou petrželku.

Rozpočet pro 5 osob: 2 *dkg* másla - 5 *dkg* krupice - 10 *dkg* zeleniny - sůl - jíška ze 2 *dkg* másla a 2 *dkg* mouky - tlučený květ - zelená petrželka.

Strouhánková polévka.

V osolené vodě povaříme na nudličky nakrájenou zeleninu (celer, mrkev, petržel, pórek a spařenou kapustu). Z másla a mouky si připravíme světležlutou jíšku, přidáme do ní vajíčka a smažíme tak vaječnou drobenku. Pak zalijeme vaječnou jíškovou drobenku zeleninovou polévkou a vše dobře povaříme. Před podáváním polévku okořeníme tlučeným pepřem a zelenou sekanou petrželkou. Do polévky můžeme přidati čerstvé dušené hříbky neb suché v mléce povařené.

Rozpočet pro 5 osob: 1⅜ *l* vody - sůl - 12 *dkg* zeleniny - 4 *dkg* másla - 5½ *dkg* mouky - 1—2 vejce - ½ *dkg* hub - ⅛ *l* mléka - neb 5 *dkg* čerstvých hříbků - tlučený pepř 3 zrnka - zelená petržel.

Rýžová polévka.

Rýže se přebere, opere, spaří a osmaží na másle s drobně nakrájenou cibulí, osolí, zalije studenou vodou a udusí do měkka. Světležlutou jíšku zředíme zeleninovou polévkou a dobře povaříme. Pak přidáme udušenou rýži, v mléce umíchaný žloutek a utlučený pepř. Tuto polévku můžeme připraviti také tak, že udušenou rýži sítem prolisujeme a pak dáme do polévky.

Rozpočet pro 5 osob: 5 *dkg* rýže - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* cibule - 4 *dkg* másla - 4 *dkg* mouky - 8 *dkg* zeleniny - ⅛ *l* mléka - 1 žloutek - sůl - 3 zrnka pepře.

Polévka z rýže a zeleného hrášku.

Rýži připravíme jako na rýžovou polévku. Světležlutou jíšku zředíme zeleninovou polévkou a dobře povaříme. Pak přidáme uduš. rýži, zelený hrášek zvlášť uvařený (v zimě sušený neb konservovaný), uduš. hříbky a ve studené polévce umíchaný žloutek. Polévku okořeníme tluč. květem a několika kapkami Maggiho kořením.

Rozpočet pro 5 osob: 3 *dkg* rýže - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* cibule - 5 *dkg* zeleniny - 4 *dkg* hrášku - 2 hřiby - 3 *dkg* másla - 3 *dkg* mouky - sůl - květ - 1 žloutek.

Hrachová polévka.

Zelený přebraný hrách opereme a namočíme do studené vody s bicarbonátem na několik hodin. Na hrách přilijeme čistou, studenou, změkčenou vodu, hrách přiklopíme poklicí a hrnek také poklicí přiklopíme a zvolna jej uvaříme do měkka. Hrách vaříme vodou jen zatopený. Mezi vařením se hrachem nemíchá, jen v hrnku natřásá. Voda se přidává horká, změkčená. Uvařený hrách prolisujeme, zředíme zeleni-

novou polévkou, načež polévku zahustíme řídkou, žlutou jíškou, přidáme sůl, majoránku a polévku dobře povaříme. Před podáváním ji okořeníme tluč. zázvorem, pepřem, utřeným česnekem, zel. petrželí a podáváme k ní na nudličky nakrájenou, na másle usmaženou housku. Takto se připravuje též polévka ze žlutého loup. hrachu a čočky jen s tím rozdílem, že žlutý loup. hrách neb čočku namočíme jen na 2 hodiny před vařením do změkčené studené vody.

Rozpočet pro 5 osob: 20 *dkg* hrachu - na špičku nože bicarbonátu - 8 *dkg* zeleniny - 3 *dkg* másla - 3 *dkg* mouky - majoránka - sůl - zázvor - česnek - 3 zrnka pepře - zelená petrželka - 5 *dkg* housky - 1 *dkg* másla.

Hrášková polévka.

Pěkný mladý zelený hrách vyluštíme a dáme vařit do osolené vody na polévku. Oprané prázdné sloupnuté lusky zvlášť uvaříme. Z másla a mouky upravíme si světležlutou jíšku, zalijeme ji vodou z lusek a dobře umíchanou nalijeme do hráškové polévky a dobře vše povaříme. Před podáváním umícháme v polévkové míse smetanu se žloutkem, tluč. květem, zelenou petrželkou a stále míchajíce nalijeme do ní polévku.

Rozpočet pro 5 osob: 25 *dkg* hráškových lusků - 3 *dkg* másla - 5 *dkg* mouky - sůl - 3 lžíce sladké smetany - 1 žloutek neb vejce - na špičku nože květu - zelená petrželka.

Polévka z bílých fazolí.

Bílé fazolky den před upotřebením vypereme a namočíme do studené měkké vody. (Tvrdá voda se změkčí bicarbonátem.) Druhý den je uvaříme do měkka jako hrách, prolisujeme, rozředíme odvarem zeleninovým, osolíme, zahustíme žlutou jíškou s cibulkou a dobře povaříme. Do polévky přidáme majoránku, utřený česnek a papriku. Podáváme k ní smaž. housku nebo do ní zavařujeme šunkové knedlíčky nebo tyrolské knedlíčky (viz Zavářky). Měkkou zeleninu můžeme též prolisovati do polévky.

Rozpočet pro 5 osob: 12 *dkg* fazolí - 8 *dkg* zeleniny - 3 *dkg* másla - 3 *dkg* mouky - 2 *dkg* cibule - majoránka - česnek - paprika - sůl.

Námořnická polévka.

Přebranou vypranou velkou fazolku namočíme na 12 hod. do studené změkčené vody. (Tvrdou vodu změkčíme čištěnou sodou.) Poté ji postavíme jen vodou zatopenou na mírný oheň, hned k ní přidáme buď uzené vepřové nožičky neb malé uzené kolínko, aneb vařenou kůži ze šunky a vše vaříme. Jakmile fazole změkla, polévku osolíme a zavaříme do ní krátce řezané žloutkové makarony neb nudle, jemně usekanou slaninu a zelenou petrželku. Pak polévku zahustíme řídkou máslovou jíškou a dovaříme. Nožičky, kolínko nebo kůži rozkrájíme na jemné nudličky a dáme zpět do polévky. Tuto polévku můžeme připraviti také tak, že uvaříme fazolku zvlášť, prolisujeme ji do polévky z nožiček a dále ji upravíme podle uvedeného předpisu.

Rozpočet pro 5 osob: 15 *dkg* velké bílé fazole - na špičku nože čištěné sody - 2 vepřové uzené nožičky neb uzené malé kolínko, aneb 10 *dkg* vařené kůže ze šunky - sůl - 5 *dkg* makaronů neb suchých nudlí - 3 *dkg* slaniny - kávová lžička sekané zelené petrželky. — *Jíška:* 2 *dkg* másla - 1 *dkg* mouky.

Housková polévka.

Tvrdé housky nakrájíme na větší kostky a usmažíme je na másle. Pak je zalijeme osolenou zeleninovou polévkou, rozvaříme je, prolisujeme i se zeleninou, zředíme ještě polévkou a povaříme. Před podáváním přidáme tluč. květ, ve sladké smetaně nebo mléce umícháme vejce a zelenou, jemně usekanou pažitku nebo petrželku. Takto připravuje se též polévka chlebová, do které místo sladké smetany přidáme kyselou.

Rozpočet pro 5 osob: 15 *dkg* housek (3 žemle) - 5 *dkg* másla - ⅛ *l* sladké smetany - 1 vejce - květ - sůl - 8 *dkg* zeleniny.

Polévka „Kyselo“.

Syrové těsto na chléb dáme do vyššího hrnečku, polijeme vlahou vodou a necháme v teplé kuchyni 4 hodiny stát. Čerstvé hříbky nakrájíme na plátečky, opereme je a na másle 5 minut dusíme. Sušené hříbky v mléce dříve povaříme. Měkké hříbky vložíme do vařící slané vody na polévku a když se vše vaří, rozmícháme do polévky připravené těstičko z hrnečku a stále míchajíce, povaříme 15 minut. Polévku osolíme a omastíme rozškvařeným máslem. Zvlášť si připravíme míchaná, upečená na másle, osolená vejce, rozdělíme je na talíře, načež na ně nalijeme připravenou kváskovou polévku a podáváme. — Polévka musí býti přiměřeně zahoustlá.

Rozpočet pro 5 osob: 5 *dkg* chlebového těsta (koupíme u pekaře) - ¼ *l* vody - 10 *dkg* čerstvých hříbků neb 1 *dkg* suchých hub - ⅛ *l* mléka na houby - 1 *dkg* másla na dušení - sůl - 3 *dkg* másla do polévky. *Na vejce:* 2 *dkg* másla - 3 vejce - sůl - vody na polévku 1 litr.

Polévka z mléka.

Sladké mléko přivedeme k varu, pak je osolíme, načež do něho stále míchajíce zavaříme jemné nudle, kapání nebo strouhání.

Rozpočet pro 5 osob: 1 ½ *l* mléka - sůl - nudle z ½ vajíčka a 5—8 *dkg* mouky.

Polévka z kyselého mléka.

Kyselé mléko povaříme s kmínem a solí, často jím míchajíce. Nato zředíme světležlutou jíšku kys. smetanou a také dobře povaříme, načež ji přidáme do kys. mléka s rozmíchaným vajíčkem. Brambory oloupáme za syrova, nakrájíme je na kostečky a zvlášť uvařené přidáme do polévky i s vodou, ve které se vařily.

Rozpočet pro 5 osob: 1 ¼ *l* kys. mléka - na špičku nože kmínu - 3 *dkg* másla - 4 *dkg* mouky - ⅛ *l* kys. smetany - 1 vejce - 2 brambory (t. j. asi 20 *dkg*) - sůl.

Zelná polévka.

Naložené zelí překrájíme a rychle opláchneme. Pak je vložíme do vody určené na polévku, přidáme kmín, sůl, syrové, loupané, na kostky nakrájené brambory a vše uvaříme. Když zelí změkne, přidáme podle chuti octa, kys. smetany, ve které jest umíchána mouka, žloutek, rozpuštěné máslo, papriku a polévku malou chvíli povaříme.

Rozpočet pro 5 osob: 15 *dkg* zelí - 2 brambory (20 *dkg*) - ¼ *l* kys. smetany - 1 žloutek - 3 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky - paprika - kmín - sůl - ocet.

Polévka z rajských jablíček I.

Na másle s drobně nakrájenou cibulí a pepřem udusíme uškrábaná játra, rozkrájená rajská jablíčka a nakrájený celer. Pak vše zaprášíme moukou, osolíme, posmažíme, zalijeme osolenou vodou na polévku a ¾ hod. povaříme. Polévku procedíme nebo prolisujeme, přidáme čerstvé neb suš. hříbky, podle chuti červeného vína nebo octa, cukru a zavaříme do ní nudle, kapánek, moučné noky nebo přidáme zvlášť udušenou rýži.

Rozpočet pro 5 osob: 30 *dkg* rajských jablíček - 5 *dkg* másla - 3 *dkg* cibule - 4 zrnka pepře - 5 *dkg* telecích nebo hovězích jater - 2 hříbky (½ *dkg* suš. hříbků) - 2 *dkg* celeru - 5 *dkg* mouky - sůl - 1 *dkg* cukru - ⅛ *l* č. vína nebo octa - 4 *dkg* rýže - 1 *dkg* másla na udušení.

Polévka z rajských jablíček se smetanou II.

Očištěná rozkrájená rajská jablíčka dáme do hrnce, přidáme na ně rozkrájenou cibuli, celý pepř, nové koření, citronovou kůru, sůl, zalijeme polévkou z kostí neb jen vodou a pod poklicí udusíme do měkka. Zvlášť si připravíme z másla a mouky žlutou jíšku, zředíme ji polévkou neb vodou, přidáme udušená, prolisovaná rajská jablíčka, trochu octa, cukru a polévku dobře povaříme. Před podáváním zavaříme do polévky makarony neb zvlášť udušenou rýži a zlepšíme ji červeným vínem a sladkou smetanou.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* rajských jablíček - 2 *dkg* cibule - 5 zrnek pepře - 1 zrnko nového koření - 1 cm^2 citr. kůry - sůl - 15 *dkg* hovězích kostí na polévku - 4 dkg másla - 4 *dkg* mouky - 2 lžíce červ. vína - podle chuti octa - 1½ *dkg* cukru - 2 lžíce sladké smetany.

Polévka z rajských jablíček III.

V kastrole rozpálíme sádlo, přisypeme na plátky nakrájenou cibuli, v celku stroužek česneku a mouku. Míchajíce, upražíme do červena. Na to vložíme opraná, nakrájená čerstvá rajská jablíčka a udusíme do měkka. V odměřené, osolené vodě na polévku povaříme celerovou nať, poté ji vyndáme a do vody přidáme nakrájenou očištěnou hlízu celeru, očištěný, spařený květák a dobře povaříme. Udušená rajská jablíčka zalijeme polévkou z květáku a celeru, povaříme a procedíme do hrnce na vařený celer a květák. Pak polévku opepříme, podle chuti přisolíme a zavaříme do ní vaječné nudle. Upravenou polévku podáváme.

Rozpočet pro 5 osob: 5 *dkg* sádla - 5 *dkg* cibule - 1 malý stroužek česneku - 4 *dkg* mouky - 50 *dkg* rajských jablíček - 1 ¼ *l* vody - 1 ¼ *dkg* soli - 3 větvičky celerové natě - 10 *dkg* celerové hlízy - 15 *dkg* květáku - tlučený pepř - 4 *dkg* suchých nudlí.

Květáková polévka I.

Pěkný bílý květák očistíme, vypereme ve slané vodě, vložíme do vařící osolené vody na polévku a nepříliš do měkka jej uvaříme. Pak vodu, ve které se květák vařil, zahustíme světležlutou jíškou, přidáme prolisovaný neb nakrájený košťál a polévku povaříme ½ hod. Okořeníme ji tluč. květem, přidáme na růžičky rozebraný květák a znovu ji ještě 10 minut povaříme. Nato umícháme v polévkové míse žloutek se sladkou smetanou a polévku, stále ji míchajíce, do ní nalijeme. K polévce podáváme svítek neb žemli nakrájenou a na másle usmaženou.

Rozpočet pro 5 osob: ½ růže květáku - sůl - 4 *dkg* másla - 4 *dkg* mouky - tlučený květ - ⅛ *l* smetany - 1 žloutek.

Květáková polévka s parmezánem II.

Květák připravíme a uvaříme jako v předešlém předpise. Do vody, ve které se vařil, přidáme na jemné nudličky nakrájenou kořenovou zeleninu, čerstvé udušené nebo sušené, v mléce uvařené hříbky, krupici a sůl. Polévku zahustíme světležlutou jíškou a vše dobře povaříme. Pak přidáme květák a před podáváním ve smetaně umíchaný žloutek, strouh. parmezánský sýr, květ a zelenou petržel.

Rozpočet pro 5 osob: ½ růže květáku - sůl - 4 *dkg* másla - 4 *dkg* mouky - 2 *dkg* krupice - tlučený květ - 4 *dkg* zeleniny - ⅛ *l* smetany - 1 žloutek - 1 *dkg* parmezánského sýra - 2 malé hříbky neb ½ *dkg* sušených hříbků - 3 lžíce mléka - zelená petržel.

Belgická polévka.

Máslovou světležlutou jíšku s cibulkou zředíme zeleninovou polévkou, načež vzniklou polévku dobře povaříme. Pak přidáme utřené sardele, tlučený pepř, zelenou petrželku a strouhaný parmezánský sýr. Dobře prohřátou polévku podáváme s usmaženým na kostečky nakrájeným chlebíčkem.

Rozpočet pro 5 osob: 4 *dkg* másla - 5 *dkg* mouky - 2 *dkg* cibule - sůl - 12 *dkg* zeleniny (celer, mrkev, petržel, pórek, kapusta) - 2 sardele - na špičku nože tlučeného pepře - zelená petržel - 2 *dkg* parmezánského sýra - 2 *dkg* másla - 8 *dkg* chleba.

Zeleninová polévka.

Celer, mrkev, petržel, brukev očistíme, nakrájíme na nudličky a chvíli dusíme na másle. Světležlutou jíšku zředíme osolenou vodou a dobře ji povaříme. Pak do ní vložíme udušenou zeleninu, na růžičky rozebraný květák a uvaříme do měkka. Než polévku podáváme, zamícháme do ní jako při polévce květákové smetanu a žloutky.

Polévku kořeníme květem, zelenou, drobně nakrájenou petrželí a podáváme ji se smaženou houskou.

Rozpočet pro 5 osob: 2 *dkg* másla - 1 malý celer - ½ petržele - ¼ mrkve - ½ brukve - ½ růže malého květáku - 4 *dkg* másla - 4 *dkg* mouky - sůl - ⅛ *l* smetany - 1 žloutek - tlučený květ - zelená petržel.

Zeleninová polévka s upraženým strouháním.

Z tuhého nudlového těsta ustrouháme na struhadle strouhání a necháme dobře na vále uschnouti. Pak vložíme sušené strouhání na rozpálené máslo neb tuk a opražíme je do červena. V osolené vodě povaříme všechnu zeleninu, odvarem zalijeme strouhání, dáme je do ostatní zeleninové polévky a povaříme. Před podáváním si umícháme v polévkové míse mléko se žloutkem, načež stále míchajíce přilijeme polévku, okořeníme ji sekanou zelenou petrželkou a podáváme.

Rozpočet pro 5 osob: na strouhání: 10 *dkg* mouky - ½ vajíčka - 3 *dkg* másla neb tuku - 10 *dkg* zeleniny - sůl - ⅛ *l* mléka - ½ vajíčka - zelená petržel.

Celerová polévka.

Opraný celer očistíme, nakrájíme na kostečky a dusíme chvíli na rozpáleném másle, načež jej uvaříme do měkka ve slané vodě s nakrájeným bramborem. Měkký celer i brambor prolisujeme. Vodu z celeru zahustíme světležlutou jíškou s cibulkou, vložíme do ní prolisovaný celer, opepříme, přidáme sekanou zel. petrželku a dobře povaříme. Do hotové polévky přidáme v mléce umíchaný žloutek a podáváme k ní kapustový svítek nebo smažený hrášek. Právě tak se připravuje polévka z mrkve a dýně.

Rozpočet pro 5 osob: 3 *dkg* másla - ½ celeru - sůl - 1 brambor - 3 *dkg* másla - 4 *dkg* mouky - 2 *dkg* cibule - 3 zrnka pepře - zel. petrželka - ⅛ *l* mléka - 1 žloutek.

Petrželová polévka.

Očištěný petrželový kořen nakrájíme na stejné kostečky a na másle usmažíme. Osolenou vodu zahustíme světležlutou jíškou a dobře ji povaříme. Pak přidáme do polévky usmaženou petržel, na kostečky nakrájená a zvlášť udušená telecí játra a polévku ještě povaříme. Pak do ní zavaříme houskové knedlíčky a před podáváním přidáme ve smetaně umíchaný žloutek, tlučený pepř, zelenou petržel.

Rozpočet pro 5 osob: 1 pěkný petrželový kořen - 3 *dkg* másla - sůl - 4 *dkg* másla - 4 *dkg* mouky - 5 *dkg* jater - ⅛ *l* smetany - 3 zrnka pepře - zelená petržel - 1 žloutek - 1 *dkg* másla na udušení jater.

Brukvová polévka.

Oloupanou brukev nakrájíme na kostečky a osmažíme na rozpáleném másle (3 minuty), načež ji vložíme do osolené vody na polévku, přidáme zředěnou světležlutou jíšku a polévku dobře povaříme. Před podáváním umícháme v míse mléko se žloutkem, tluč. pepřem a

sekanou zelenou petrželkou. Stále míchajíce nalijeme na to povařenou polévku. Jako vložku podáváme houskový svitek.

Rozpočet pro 5 osob: 2 větší brukve - sůl - 4 *dkg* másla - 5 *dkg* másla - 5 *dkg* mouky - 3 zrnka tluč. pepře - sekanou zel. petržel - ⅛ *l* mléka - 1 žloutek.

Špenátová polévka.

Osolenou vodu neb odvar z kostí zahustíme světležlutou jíškou a dobře povaříme. Špenát zbavíme kořínků a žlutých lístků, v několika vodách (nesmí se mačkati) jej vypereme, načež jej vložíme do osolené vařící vody a povaříme (asi 2 minuty). Potom špenát přecedíme, usekáme nebo umeleme, vložíme do polévky a povaříme. V polévkové míse si umícháme smetanu se žloutkem, tlučeným pepřem a sekanou petrželkou a polévku do ní nalijeme.

Jako vložku podáváme sněhový svítek nebo zavaříme do polévky houskové knedlíčky. (Ovšem dříve nežli přidáme mléko a žloutek.) Špenát vaříme nepřikrytý.

Rozpočet pro 5 osob: 30 *dkg* špenátu - 4 *dkg* másla - 6 *dkg* mouky - ⅛ *l* smetany - 1 žloutek - sůl - pepř - zelená petrželka.

Polévka salátová.

Hlávkový salát očistíme, lehce bez mačkání vypereme, usekáme a na másle podusíme. Pak salát zalijeme osolenou procezenou polévkou z hovězích kostí a vzniklou polévku zahustíme řídkou žlutou jíškou a povaříme. Před podáváním zamícháme do polévky sladkou smetanu. K polévce podáváme nakrájenou žemličku, na másle trochu opečenou.

Rozpočet pro 5 osob: 30 *dkg* hlávkového salátu. *Na dušení:* 3 *dkg* másla - 1¼ litru vody - 25 *dkg* hovězích kostí - 1¼ *dkg* soli. *Na jíšku:* 3 *dkg* másla - 3 *dkg* mouky - 3 lžíce smetany - 8 *dkg* žemle - ½ *dkg* másla.

Chřestová polévka.

Nejprve se chřest u kořene skrojí, od hlavičky dolů sloupne a lehce opere. Hlavičky chřestu odkrojíme a uvaříme zvlášť ve slané vodě. Tvrdší části, na menší kousky nakrájené, uvaříme a prolisujeme. Vodu z hlaviček i z tvrdých částí zahustíme světležlutou jíškou, povaříme a vložíme do ní prolisovaný chřest i celé hlavičky, načež polévku okořeníme tlučeným květem a zlepšíme žloutkem v mléce umíchaným a zelenou petrželkou.

Polévku podáváme s houskovými knedlíčky nebo s některým svítkem.

Rozpočet pro 5 osob: 30 *dkg* chřestu - 4 *dkg* másla - 6 *dkg* mouky - sůl - tlučený květ - ⅛ *l* smetany nebo mléka - 1 žloutek - zelená petržel.

Kapustová polévka.

Kapustu zbavíme špatných listů, vypereme, rozkrájíme na nudličky, spaříme a dáme okapat. Pak ji vložíme do kastrolu na rozpá-

lené máslo s usmaženou cibulí. Po chvíli ji podlijeme vodou nebo polévkou z kostí, opepříme, osolíme a udusíme do měkka. Zatím si upravíme červenou jíšku, zalijeme ji vodou nebo polévkou, zamícháme do ni kapustu a dobře polévku povaříme. Než ji odstavíme s plotny, přidáme do ní na kolečka nakrájenou uzenku nebo nakrájené uzené maso a sekanou zelenou petrželku.

Rozpočet pro 5 osob: 1 menší kapusta - 3 *dkg* másla - 3 *dkg* nakráj. cibule - sůl - pepř - 4 *dkg* másla - 5 *dkg* mouky - 1 uzenka nebo 10 *dkg* uzeného masa (odvar z uzeného masa upotřebíme na polévku) - zelená petrželka.

Kapustová polévka s hříbky.

Očištěné hříbky nakrájíme na plátky a udusíme je na másle s nakrájenou cibulkou. Udušené hříbky jemně usekáme. Zvlášť si udusíme na másle s cibulkou na nudličky nakrájenou, spařenou kapustu. Usekané hříbky smícháme s kapustou. Procezenou polévku z vyvařených hovězích kostí zahustíme řídkou žlutou jíškou, přidáme do ní zelený hrášek, spařenou rýži a hříbky s kapustou. Takto připravenou polévku dobře povaříme. Nežli polévku podáváme, zamícháme do ní sekanou zelenou pažitku nebo petrželku. Na dušení kapusty můžeme použiti místo másla nakrájenou slaninu nebo tučnou šunku. Místo čerstvých hříbků můžeme dáti suché hříbky, dříve v mléce dobře povařené.

Rozpočet pro 5 osob: 1¼ *l* vody - sůl - 25 *dkg* kostí - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky - 5 *dkg* zeleného hrášku - 3 *dkg* skelné rýže - 15 *dkg* hříbků neb ½ *dkg* suchých hříbků - ⅛ *l* mléka - 3 *dkg* másla - 3 *dkg* cibule celkem - ½ hlávky kapusty (t. j. 25 *dkg*) - zelená pažitka neb petrželka.

Polévka pórková.

Dobře očištěný, opraný pórek rozkrájíme na malá kolečka a uvaříme ve slané vodě do měkka. Zatím si připravíme světležlutou máslovou jíšku a rozředíme ji odvarem póru. Pór prolisujeme a přidáme k polévce, kterou dobře povaříme. Než se nese polévka na stůl, přidá se strouhaný muškátový oříšek a zelená sekaná petrželka. Též možno přidati žloutek v mléce rozmíchaný. Polévku podáváme s morkovými neb houskovými knedlíčky.

Rozpočet pro 5 osob: 15 *dkg* póru - 4 *dkg* másla - 6 *dkg* mouky - sůl - na špičku nože muškátového oříšku - zelená petržel - ⅛ *l* mléka - 1 žloutek.

Pozn. Každou jíšku dříve zředíme buď odvarem ze zeleniny, nebo jen osolenou, odměřenou vodou na polévku a teprve zředěnou jíšku přidáme do ostatní polévky.

Polévka z jarních bylinek.

Hrst mladých lístků chudobky, žebříčku, petrželky, jahody, opence se opere, rozkrájí, zadusí s kouskem másla, zalije slanou vodou a vaří asi ½ hodiny. Pak přidáme zředěnou a povařenou světležlutou jíšku a polévku vaříme ještě asi ¼ hodiny. Přidáme do ní žloutek ve smetaně umíchaný, tluč. květ a podáváme ji s nakrájenou smaženou žemlí.

Rozpočet pro 5 osob: hrst lístků chudobky - žebříčku - petrželky - jahody - opence - 2 *dkg* másla na dušení - jíška ze 4 *dkg* másla - 5 *dkg* mouky - $^1/_{16}$ *l* sladké smetany - 1 žloutek - na špičku nože květu - 5 *dkg* housky - 2 *dkg* másla.

Polévka pivní.

V hrnci umícháme dobře v pivě žloutky a cukr. Nádobu postavíme na plotnu a polévkou stále mícháme, až se dobře prohřeje. Vařit se nesmí. Potom do ní přidáme kousek čerstvého másla, polévku promícháme a hned podáváme.

Do první polévky můžeme přidati z $^1/_2$ citronu šťávu.

Rozpočet pro 5 osob: 1 *l* piva - 6 žloutků - asi 10 *dkg* cukru (podle hořkosti piva) - 2 *dkg* másla.

Polévka vinná.

V bílém víně povaříme cukr a citr. kůru. Ve studené vodě umícháme žloutky a stále míchajíce přilijeme do ní vařící víno, vše postavíme na plotnu a chvíli mícháme. Vařiti se polévka nesmí. Polévku podáváme horkou s piškoty neb sucharem. (Viz Cukrovinky str. 271-346!)

Rozpočet pro 5 osob: ¼ *l* vína - 3 cm^2 citr. kůry - 5 *dkg* cukru - ⅛ *l* vody - 5 žloutků.

Meruňková polévka.

Oprané meruňky zbavíme pecek, vložíme do odměřené, málo osolené vody na polévku a povaříme je s celou vanilkou asi 10—15 minut. Poté meruňky vyndáme, polévku zahustíme drobně nakrájeným sucharem, a když se rozvařil, vložíme do polévky polovinu sítem prolisovaných meruněk, procedíme ji nebo prolisujeme a znovu povaříme. Druhou polovinu uvařených meruněk nakrájíme na nudličky, které vložíme do polévky až před podáváním. Poté ji podle chuti okyselíme bílým vínem a osladíme tlučeným cukrem. K polévce podáváme suchar neb piškoty. (Viz stranu 271 a 346!)

Rozpočet pro 5 osob: 16 pěkných meruněk - 1½ *l* vody - špetička soli - 2 *cm* celé vanilky - 12 *dkg* sucharu (viz str. 271!) — 4 lžíce bílého vína a podle chuti tlučeného cukru.

Polévka česneková (oukrop).

Oloupaný česnek rozetřeme se solí, načež jej dáme do osolené vody na polévku, přidáme kmín, oloupané, na kostečky nakrájené brambory, majoránku, zázvor a husí neb vepřové sádlo. Polévku vaříme tak dlouho, nežli brambory změknou. Poté ji okořeníme tlučeným pepřem a dáme do ní nakrájený, na sádle opečený chléb. Polévku můžeme připraviti též bez brambor.

Rozpočet pro 5 osob: 1¼ *l* vody - sůl - 4 stroužky česneku - špetku majoránky - na špičku nože strouhaného zázvoru - ¼ kávové lžičky kmínu - 25 *dkg* brambor - 4 tlučená zrnka pepře - 3 *dkg* sádla - 1 *dkg* sádla - 10 *dkg* chleba.

Oukrop II.

Dobrý domácí chléb nakrájíme na tenké plátky a dáme je do polévkové mísy, na něj dáme se solí utřený česnek, husí neb vepřové sádlo a na teplém místě dobře prohřejeme. Před podáváním nalijeme na chléb vařící vodu, podle chuti polévku osolíme a podáváme. Polévku můžeme připraviti místo česnekem s usmaženou drobně nakrájenou cibulkou.

Rozpočet pro 5 osob: 20 *dkg* chleba - 4 stroužky česneku - 5 *dkg* husího neb vepřového sádla - 1 ¼ *l* vody - sůl (2 *dkg* cibulky).

Bryndzová polévka I.

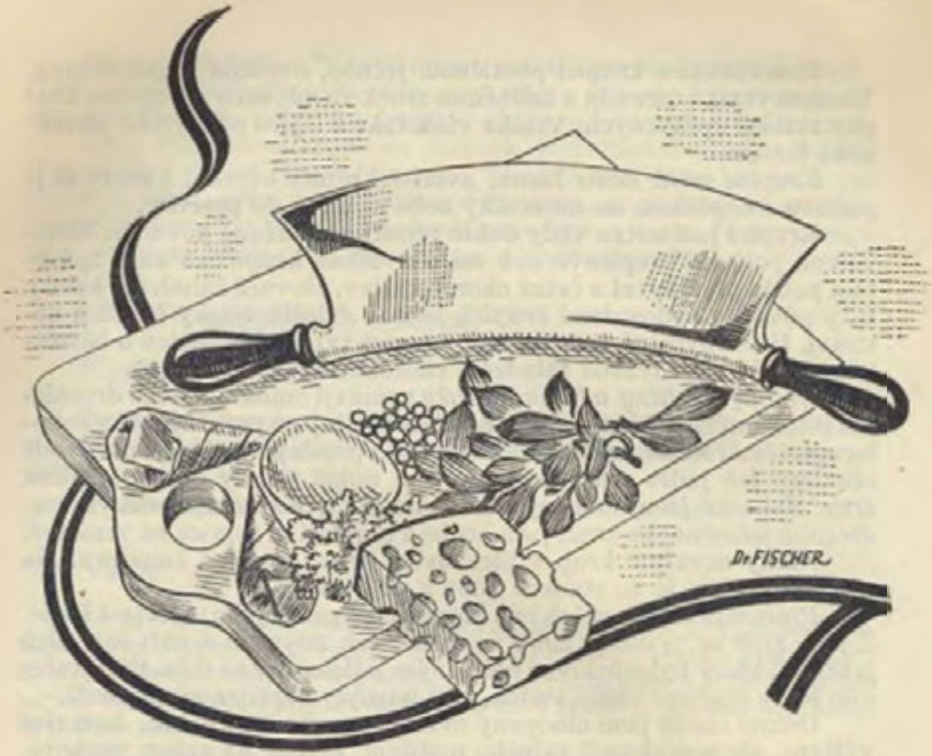
Do polévkové mísy nadrobíme plnotučnou bryndzu, přidáme nakrájený samožitný chléb, drobně nakrájenou cibuli, tlučený kmín a sladkou papriku. Ve slané vodě povaříme hovězí kosti 1 hod. Vařenou polévku procedíme do mísy, necháme 5 minut stát, načež polévku podáváme. Místo polévky z kostí můžeme použíti slané vařící vody.

Rozpočet pro 5 osob: 25 *dkg* bryndzy - 15 *dkg* chleba - 3 *dkg* cibule - na špičku nože kmínu a papriky. *Na polévku:* 1 ½ *l* vody, - 1 ½ *dkg* soli - 25 *dkg* hovězích kostí.

Bryndzová polévka II.

V odměřené osolené vodě na polévku povaříme dobře kmín, usekanou pažitku nebo kopr, strouhánku nebo nudle. Před podáváním rozdrobíme do polévky plnotučnou bryndzu, čerstvé máslo a přilijeme sladkou smetanu.

Rozpočet pro 5 osob: 1 ¼ *l* vody - 1 ¼ *dkg* soli - na špičku nože kmínu - kávovou lžičku sekané pažitky nebo kopru - 4 *dkg* těstové strouhanky nebo nudlí - 25 *dkg* bryndzy - 4 *dkg* másla - ⅛ *l* sladké smetany.



II. ZAVÁŘKY A VLOŽKY

Žádná hovězí polévka nemá dostatek výživnosti pro tělo, neboť slouží toliko k podráždění sliznice a k povzbuzení chuti. Je tudíž nutno, aby do polévek byly vkládány různé vložky a zavářky, jimiž se polévka jednak zahušťuje, jednak nabývá výživnosti. Nejznámější zavářky jsou kroupy, krupice a jáhly, v poslední době též ovesné vločky. Rovněž velké oblibě se těší rýže, která má velkou výživnost pro naše tělo. Méně známé a užívané jest ságo, které jest však dosti drahé.

a) Zavářky domácí.

Krupice se těší od nejstarší doby oblibě, neboť jest nejen výbornou zavářkou do každé polévky, ať masové, ať vodové, ale jest také znamenitou stravou pro děti, jakož i pro staré lidi, zvláště když jejich organismus ochabl a když nemohou hutnější potravy dobře rozmělňovati.

Rozeznáváme krupici pšeničnou, ječnou, ovesnou a kukuřičnou. Všechna vzniká drcením a mělněním zrnek ve mlýnech na výrobu krupice zvláště upravených. Vzniká však také z lepku při výrobě pšeničného škrobu.

Krupice mívá dosti hlenu, zvláště krupice ovesná, a proto se jí používá s úspěchem na moučníky nebo se dává do polévky.

Krupici jest nutno vždy dobře přesíti a důkladně povařiti. Nedovařená polévka krupicová neb málo uvařená krupicová kaše způsobují potíže při trávení a četné choroby střev. Rovněž žaludeční katary mají původ v nedovařené krupici, kterou zvláště dětský žaludek nestráví. Dítě obyčejně nedovařenou krupici zvrátí. U robátek a batolátek způsobí však těžkou žaludeční chorobu, ba někdy i smrt.

Kroupy, perličky a trhané krupky vznikají omíláním nebo drcením zrn ječmenných. Nejznámější a nejoblíbenější jsou *perličky*, pěkně okulacené, téměř lesklé, které s oblibou mnozí pojídají v polévce, poněvadž obsahují jen jádro zrna, zbaveny jsou úplně slupky obilné i špiček zrna. Nejméně jsou oblíbeny *trhané krupky*, jež vznikají pouhým rozdrcením ječmenného zrna; jsou hrubé a pojídají se nejvíce na venkově.

Nikdy nevařme krup v plechovém hrnci, v němž zmodrají. Na plotnu dávejme je do studené vody a pak vařme.

Proso seje se v Čechách i na Moravě, ale pravá jeho vlast jest Indie. Z jeho zrna se vyrábějí jáhly ve zvláštních mlýnech a vaří se z nich jahelník, který byl odedávna oblíbeným jídlem našeho lidu. Před vařením jáhly spaříme vařící vodou, aby pozbyly nepříjemné příchuti.

Ovesné vločky jsou oloupaný oves zbavený všech obalů. Jsou sice výživné, ale nedocházejí valného rozšíření, zvláště na našem venkově. Zato našly obliby ve vegetariánských kuchyních a při výživě slabších dětí, jimž se z ovesných vloček upravují polévky a různé sílící pokrmy.

b) Zavářky cizí.

Rýže jest obilnina, jež se k nám dováží z tropických krajin. Pěstuje se v půdě bažinaté, neboť potřebuje značné množství vody. Jest národním jídlem Číňanů a Japonců, kteří ji jedí každodenně, hojně se však pěstuje i v Egyptě a Indii. Za nejlepší platí rýže severoamerická, t. zv. karolinská. Její zrna jsou úzká, podlouhlá, jemně proužkovaná, průhledná.

Zrnka rýžová, jež jsou obalena žlutou neb hnědou slupkou, dovážejí se většinou do evropských mlýnů. Zde se z nich odstraňuje slupka a dodává se jim pěkného tvaru. Dobrá rýže má zrna velká, tvrdá, neohlodaná ani úlomkovitá. Rýže průsvitné neboli skelné používáme na příkrmy, z moučné rýže připravujeme kaše a moučníky.

Obsah rýže tvoří největší měrou škrob, kterým jest bohatší nežli všechny druhy obilí. Má však méně látek dusíkatých než ostatní obilniny. Tuk chybí úplně, takže nutno rýžové pokrmy hodně mastiti.

Rýže můžeme použíti buď jako zavářky do polévek nebo z ní upravujeme kaše neb i jiné pokrmy. Též ji můžeme dusiti jako příkrm k masu. Před úpravou jest nutno ji spařiti, čímž se zbaví nepříjemné chuti.

Rýže slouží též k výrobě škrobu a mouky, které se používá v cukrářství. V Číně dělají z rýže likér arak. Sláma rýžová se spotřebuje na výrobu klobouků, z horšího druhu se zhotovují kartáče a košťata.

Ságo, které zavařujeme do polévek, jest vlastně škrob z palmy ságové, jejíž původ jest v Japonsku. Získává se z dřeni kmenů a poznáme je podle toho, že v horké vodě bobtná, ve studené se nemění. Poněvadž jest ságo poměrně vzácné, napodobí se často. Nepravé ságo však poznáme podle toho, že se v horké vodě rozpouští.

c) Další zavářky do polévek.

Kapání.

Do osolené mouky nalijeme v mléce umíchané vajíčko a připravíme si řídké těstíčko, které lijeme vidličkou do vařící polévky. Kapání vaříme v polévce 4 minuty.

Rozpočet pro 5 osob: 1 vejce - 3 lžíce mléka - 4 *dkg* mouky - sůl.

Nudle.

Do prosáté mouky uděláme důlek, přidáme vejce a vypracujeme tuhé těsto. Potom je vyválíme na tenkou, kulatou placku a usušíme. Z oschlé placky nakrájíme pruhy, složíme je na sebe a nakrájíme na jemné nudličky. V polévce vaříme nudle 4 minuty. Těsto neosolíme, neboť by neuschlo.

Rozpočet pro 5 osob: 8 *dkg* mouky - 1 vejce. Z téhož těsta si připravujeme též čtverečky do polévky.

Makaronky.

Z tence vyváleného, nesušeného nudlového těsta nakrájíme si čtverečky, které špejlí natáčíme na makaronky a usušíme je. V polévce vaříme makaronky 6 minut.

Strouhanka (drobenka).

Do prosáté mouky přidáme vejce a vypracujeme hodně tuhé těsto. Potom je ustrouháme na struhadle a usušíme. Strouhanku vaříme v polévce 5 minut.

Rozpočet pro 5 osob: ½ vajíčka - 8—10 *dkg* mouky.

Kraple se zeleninou neb mozečkem do polévky.

Z nudlového těsta vyválíme tenký plást. Polovinu těsta poklademe kousky zeleninové nádivky nebo udušeného mozečku, kolem potřeme těsto bílkem a druhou polovinu těsta na ně položíme. Pak vykrojíme kolečkem jednotlivé kopečky nádivky a kraple vaříme v polévce 5 minut.

Nádivka může býti každá zelenina. Jemně se nakrájí, udusí na másle a cibulce, opepří, osolí a je-li řídká, přisype se trochu housky. Takto se zužitkují zbylé zeleniny. Přidá-li se žloutek, je nádivka jemnější. Plníme-li kraple mozečkem, udusíme jej na másle s drobně nakrájenou cibulkou, solí a pepřem, přimícháme vajíčko a chvíli dusíme.

Rozpočet pro 5 osob: na těsto: 8 *dkg* mouky - 1 vejce. *Nádivka:* 8 *dkg* zeleniny neb mozečku - 1 *dkg* másla - 2 *dkg* cibulky - pepř - sůl - 1 *dkg* strouhané housky (žemle) - 1 žloutek - 1 bílek na potření.

Nudlové taštičky plněné masovou kašovinou (pirožky).

Z vejce a mouky vypracujeme nudlové těsto, vyválíme placku, na polovinu placky klademe malé hromádky z vychladlé masové kašoviny. Masové hromádky okolo potřeme bílkem, druhou polovinou těsta přiklopíme, kolem kašoviny prsty těsto stlačíme, načež malým vykrajovadlem nebo kolečkem (radýlkem) vykrájíme malé kulaté taštičky. V polévce vaříme taštičky 8 minut.

Náplň: Vařené nebo dušené zbytky hovězího, vepřového masa nebo drůbeže umeleme na masovém strojku. V kastrole na másle zpěníme drobně nakrájenou cibulku, přidáme maso, opepříme, osolíme a chvíli dusíme. Poté přimícháme syrový žloutek nebo ½ vejce. Prochladlou nádivkou plníme těsto.

Rozpočet pro 5 osob: *Nudle:* 1 vejce - 8—10 *dkg* mouky - *Náplň:* 12 *dkg* masa - 1 ½ *dkg* másla - 1 ½ *dkg* cibule - sůl - tluč. pepř - 1 žloutek - bílek na slepení těsta.

Houskové knedlíčky.

Do másla umíchaného se solí přimícháme vejce, mléko, sekanou petrželku a podle potřeby strouhanou housku. Z těsta děláme hodně malé knedlíčky, složíme je na máslem potřený talíř, načež je polijeme vařící polévkou, vložíme do ostatní polévky a povaříme 4—5 minut.

Rozpočet pro 5 osob: 3 *dkg* másla nebo 4 *dkg* morku - sůl - 1 vejce - 10 *dkg* housky - 4 lžíce mléka - zelenou petržel - ½ *dkg* másla na talíř.

Mozečkové knedlíčky.

Mozeček polijeme vařící vodou a odblaníme. Pak jej udusíme na rozpáleném másle s drobně nakrájenou, do růžova usmaženou cibulkou, načež jej dáme vychladnouti. V menší míse si umícháme máslo se solí, přidáme žloutek, vejce, studený mozeček, strouhanou housku, z bílku sníh, tluč. pepř a zel. petrželku. Z těsta děláme knedlíčky, jak jest udáno v předcházejícím předpise.

Rozpočet pro 5 osob: 1 vepřový mozeček - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* cibulky - 3 *dkg* másla - 1 žloutek - 1 vejce - z bílku sníh - sůl - 2 zrnka pepře - zelená petržel - 8—10 *dkg* housky.

Šunkové knedlíčky.

V míse si umícháme máslo, sůl, žloutek a muškátový oříšek. Pak tam přidáme usekanou šunku, 1 lžíci mléka, z bílku sníh a podle po-

třeby bílou strouhanou housku. Z těsta děláme malé knedlíčky, které ve fazolové polévce povaříme podle velikosti 3—5 minut.

Rozpočet pro 5 osob: 3 *dkg* másla - málo soli - 1 žloutek - 5 *dkg* šunky - 1 lžíce mléka - na špičku nože strouh. muškátového oříšku - 1 bílek - 5—6 *dkg* housky.

Smažené uzenky do polévky.

Uzenku (párek) nakrájíme na kolečka, obalíme je moukou, bílkem, strouhanou žemlí a v rozpáleném sádle neb převařeném másle je usmažíme do zlatova. Smažené uzenky podáváme jako vložku do kapustové polévky, lisované bramborové polévky a pod.

Rozpočet pro 5 osob: uzenka (párek) - 1 ½ *dkg* mouky - 1 bílek - 6 *dkg* strouhané žemle - 5 *dkg* sádla, převař. másla neb umělého tvrdého tuku.

Špenátové knedlíčky.

Kousek slaniny nakrájíme na kostečky a rozpustíme. Když vychladla, utřeme ji se solí a žloutky, přidáme uvařený, prolisovaný špenát, pepř, z bílků sníh a podle potřeby strouhanou housku. Z těsta děláme malé knedlíčky, jež zavaříme do polévky.

Rozpočet pro 5 osob: 3 *dkg* slaniny - 2 žloutky - 10 *dkg* špenátu - 2 bílky - 2 zrnka tlučeného pepře - 10—15 *dkg* housky - sůl.

Kapustové knedlíčky.

Očištěnou kapustu spaříme a uvaříme ve slané vodě neb polévce do měkka. Pak ji necháme okapat a usekáme. V míse si umícháme máslo, sůl, tluč. pepř a vejce, přidáme studenou usekanou kapustu a podle potřeby strouhanou housku. Uděláme knedlíčky, které v polévce povaříme 5 minut.

Rozpočet pro 5 osob: 3 *dkg* másla - sůl - 2 zrnka tluč. pepře - 1 vejce - ¼ hlávky kapusty - 6—8 *dkg* strouhané housky.

Játrové knedlíčky.

Utřeme máslo a vejce, přidáme sůl, tluč. pepř, majoránku, česnek utřený se solí, nebo na másle usmaženou drobně nakrájenou cibulku, obráceným nožem utřená telecí nebo hovězí játra, přidáme podle potřeby strouhanou housku a vše dobře promícháme. Uděláme knedlíčky, které vaříme v polévce podle velikosti 3—5 minut. Z téhož těsta můžeme vykrájeti kávovou lžičkou nočky.

Rozpočet pro 5 osob: 3 *dkg* másla - 1 vejce - sůl - 10 *dkg* jater - 3 zrnka tluč. pepře - špetku majoránky - 2 *dkg* cibule nebo půl stroužku česneku - 10 *dkg* housky

Játrová rýže.

Těsto o něco tužší než játrové knedlíčky protlačíme po částech přes máslem potřené struhadlo do procezené polévky, ve které rýži povaříme 4 minuty.

Smrže do polévky.

Připravíme si játrovou hmotu jako na játrové knedlíčky (str. 37) a malé usušené makaronky (str. 35). Z játrové hmoty uděláme hlavičku smržů a do nich zastrčíme usušené makaronky. Potom hotové smrže vaříme v polévce 10—12 minut.

Rozpočet na játrovou hmotu viz Játrové knedlíčky, str. 37.

Rozpočet na makarony: ½ vajíčka - 4—5 *dkg* mouky.

Bramborové knedlíčky.

Ve slupce uvařené brambory oloupáme a ještě horké prolisujeme, načež je dáme vychladnouti. V míse si umícháme máslo, sůl, žloutek, vejce, přidáme prolisované brambory, mouku a krupici. Uděláme knedlíčky, které v polévce povaříme 5 minut.

Usmažíme-li bramborové knedlíčky, podáváme je jako vložku.

Rozpočet pro 5 osob: 25 *dkg* brambor - 5 *dkg* másla - 1 žloutek - 1 vejce - 3 *dkg* mouky - 5 *dkg* krupice a sůl.

Rýžové knedlíčky.

Udušenou rýži umeleme na masovém strojku. Do másla, umíchaného se solí, přidáme vejce, tlučený květ, studenou prolisovanou rýži a podle potřeby strouhanou housku. Z těsta děláme knedlíčky, které v polévce 5 minut povaříme.

Knedlíčky možno upraviti ze zbylé rýže. Mohou se též usmažiti jako knedlíčky bramborové.

Rozpočet pro 5 osob: 5 *dkg* rýže - 3 *dkg* másla - 1 vejce - sůl - květ - 5—8 *dkg* housky.

Tyrolské knedlíčky.

Slaninu nakrájíme na drobné kostečky a rozpálíme ji. Pak do ní vložíme housku, rovněž na kostečky nakrájenou, a usmažíme se sekanou zelenou petrželkou. V míse si připravíme z mouky, soli, mléka, másla a žloutku řidší těsto a dobře je vypracujeme. Potom do těsta zamícháme vařené, uzené, drobně usekané maso, vychladlou housku se slaninou a dáme nejméně ½ hod. odpočinouti. Z odpočinutého těsta tvoříme malé knedlíčky, které povaříme v polévce (nejlépe fazolkové) 8 minut.

Rozpočet pro 5 osob: 3 *dkg* slaniny - 10 *dkg* housky - zelenou petržel - 3 *dkg* uzeného masa - 4 *dkg* mouky - sůl - $^{1}/_{16}$ *l* mléka - 1 žloutek a 2 *dkg* rozpuštěného másla do těstíčka.

Morkové knedlíčky.

Morek z hovězích kostí překrájíme a rozpustíme jej na mírném ohni. Pak jej procedíme a dáme vychladnouti. Poté jej se solí dobře utřeme, přimícháme vejce, mlékem navlhčenou strouh. housku, tluč.

květ, sekanou petrželku a podle potřeby zahustíme těsto suchou strouhanou houskou. Z těsta uděláme hodně malé knedlíčky, složíme je na máslem potřený talíř, načež je polijeme vařící polévkou, vložíme do ostatní polévky a povaříme 3—5 minut. Z téhož těsta můžeme připraviti místo knedlíčků morkovou rýži, a to tak, že těsto přes obrácené struhadlo vařečkou protlačíme do vařící polévky a rýži povaříme 3 min.

Rozpočet pro 5 osob: 4 *dkg* hověz. morku - sůl - 1 vejce - 6 *dkg* housky - 3 lžíce mléka - tlučený květ - zelená petržel - 3 *dkg* suché housky.

Sněhové nočky.

Do tuhého sněhu z bílků zašleháme sůl a lehce zamícháme mouku. Lžičkou vykrájíme nočky, které povaříme v polévce 3—4 minuty.

Rozpočet pro 5 osob: 2 bílky - sůl - 3 *dkg* mouky.

Třené nočky.

Do másla, utřeného se solí, přidáme vejce, mléko a mouku, dobře vše vypracujeme, načež kávovou lžičkou, polévkou navlhčenou, vykrajujeme malé nočky, které v polévce povaříme 6 minut.

Rozpočet pro 5 osob: 5 *dkg* másla - sůl - 1 vejce - 3 lžíce mléka - 12—15 *dkg* mouky.

Nočky z parmezánského sýra.

V mléce povaříme stále míchajíce máslo se strouhanou houskou. Do prochladlého přidáme vejce, žloutek, lžíci mouky, strouhaný parmezánský sýr, sůl, na špičku nože muškátového oříšku a naposled zlehka z bílku tuhý sníh. Kávovou lžičkou zavaříme nočky a vaříme je 3—4 minuty.

Rozpočet pro 5—10 osob: $^1/_8$ *l* mléka - 5 *dkg* másla - 4—6 *dkg* strouhané bílé housky - 1 celé vajíčko - 1 žloutek - 1 lžíci mouky - 5 *dkg* parmezánského sýra - sůl - na špičku nože strouhaného muškátového oříšku - z 1 bílku sníh.

Nočky ze strouhaného chleba.

Tvrdý chléb nastrouháme. V kastrole usmažíme na másle drobně nakrájenou cibulku, do ní vložíme chléb a smažíme jej 2 minuty. Do studeného chleba zamícháme mléko, sůl, vejce, žloutek a zelenou sekanou petrželku a směsí mícháme 10 minut. Potom vykrajujeme kávovou lžičkou, polévkou navlhčenou, malé nočky, které v polévce povaříme 6 minut.

Rozpočet pro 6 osob: 12 *dkg* strouhaného chleba - 3 *dkg* másla - 2 *dkg* cibulky - sůl - $^1/_{16}$ *l* mléka - 1 vejce - 1 žloutek - zelená sekaná petrželka.

Rýže z parmezánu.

Utřené máslo umícháme se žloutkem a vajíčkem, přidáme v mléce navlhčenou housku (bílou), pak se strouhanou housku, ustrouhaný sýr,

sůl, muškátový oříšek a mouku. Těsto protlačíme přes obrácené struhadlo do vařící polévky.

Rozpočet pro 5 osob: 2 *dkg* másla - sůl - 1 vejce - 1 žloutek - 1 lžíce mléka - 6 *dkg* housky - 3 *dkg* parmezánského sýra - ½ lžíce mouky - na špičku nože muškátového oříšku - 6 *dkg* strouhané housky.

Krupicové nočky.

Mléko povaříme s máslem a solí, pak přisypeme krupici a stále míchajíce uvaříme hustou kaši. Do vychladlé zamícháme vejce, žloutek, mouku, tlučený květ nebo ustrouhaný oříšek a naposled z bílku sníh. Kávovou lžičkou vykrajujeme nočky, jež zvolna povaříme 6—8 minut.

Rozpočet pro 5 osob: ⅛ *l* mléka - 6 *dkg* krupice - 3 *dkg* másla - 3 *dkg* mouky - 1 vejce - 1 žloutek - z 1 bílku sníh - sůl - na špičku nože koření.

VLOŽKY DO POLÉVKY.

Piškotový svítek.

Z bílků ušleháme tuhý sníh, zlehka přidáme žloutky, sůl a krupičkovou mouku. Větší omeletní pánev vymažeme syrovým máslem, vysypeme moukou, těsto na ni rozetřeme a upečeme do růžova. Z upečeného, prochladlého svítku krájíme kosočtverečky a podáváme je k hotové polévce.

Rozpočet pro 5 osob: 2 bílky - 2 žloutky - sůl - 4 *dkg* mouky - 1 *dkg* másla - ½ *dkg* mouky na pánev.

Třený svítek.

Do másla, umíchaného se solí, přidáme žloutky (jeden po druhém) a dobře je utřeme; pak přilijeme mléka, přimícháme zlehka z bílků sníh a krupičkovou mouku. Svítek upečeme jako piškotový.

Rozpočet pro 5 osob: 2 *dkg* másla - sůl - 2 žloutky - $^1/_{32}$ *l* mléka (lžíci mléka) - 2 bílky a 3½ *dkg* mouky - 1 *dkg* másla a ½ *dkg* mouky na pánev.

Bramborový svítek.

V míse umícháme máslo, sůl, žloutky. Pak přidáme ve slupce uvařené, oloupané, prolisované a vychladlé brambory, zelenou sekanou petrželku, z bílků sníh, krupici a podle potřeby mouku. Další jako u prvních svítků.

Rozpočet pro 5 osob: 4 *dkg* másla - 2 žloutky - 2 *dkg* krupice - 5 *dkg* brambor sůl - petržel - 2 bílky - asi 2 *dkg* mouky - 1 *dkg* másla - ½ *dkg* mouky na pánev.

Šunkový svítek I.

Do tuhého sněhu z bílků lehce zamícháme sůl, žloutky, usekanou šunku nebo vařené, studené uzené maso a mouku. Těsto upečeme, nakrájíme na trojúhelníčky a podáváme k polévce.

Rozpočet pro 5 osob: 2 bílky - sůl - 2 žloutky - 3 *dkg* šunky - 4 *dkg* mouky - 1 *dkg* másla - ½ *dkg* mouky na pánev.

Šunkový svítek II.

V míse umícháme máslo se solí, přidáme v mléce namočenou prolisovanou housku, žloutky, drobně usekanou šunku nebo uzené maso a z bílků sníh. Upečený svítek nakrájíme.

Rozpočet pro 5 osob: 4 *dkg* másla - sůl - 8 *dkg* housky - 3 lžíce mléka - 2 žloutky - 3 *dkg* šunky nebo uzeného masa - 2 bílky - 1 *dkg* másla - ½ *dkg* mouky na pánev.

Jaterní svítek.

V misce třeme máslo nebo prolisovaný morek, sůl, žloutky, rozemletá nebo utřená játra, v mléce namočenou, prolisovanou housku, tlučený pepř a majoránku. Posléze zamícháme zvolna tuhý sníh a strouhanou housku. Upečeme a nakrájíme jako svítky předešlé.

Rozpočet pro 5 osob: 3 *dkg* másla nebo morku - sůl - 2 žloutky - 10 *dkg* jater - 8 *dkg* housky - 1 lžíce mléka - 2 zrnka pepře - 2 bílky - majoránka - 2 *dkg* strouhané housky - 1 *dkg* másla a ½ *dkg* mouky na pánev.

Pražský svítek.

Upravíme jako šunkový II., jen před sněhem přidáme malou hrstku (2 *dkg*) mladého zeleného hrášku. Svítek upečeme a pak nakrájíme.

Houskový svítek.

Housky nakrájíme na drobné kostečky a povlhčíme studeným mlékem. Do umíchaného másla se solí dobře zamícháme žloutky, sekanou zelenou petrželku, tlučený květ, načež přidáme mlékem navlhčenou housku a z bílků sníh. Syrové těsto rozetřeme na máslem potřený a jemnou strouhanou houskou posypaný plech a upečeme do růžova. Nakrájený podáváme.

Rozpočet pro 5 osob: 8 *dkg* housky - 4 lžíce mléka - 3 dkg másla - sůl - 2 žloutky - zel. petrželka - tluč. květ - ze 2 bílků sníh - 1 *dkg* másla - 2 *dkg* strouhané housky.

Houskový svítek.

Připravujeme jako šunkový II., avšak místo šunky přidáme na másle udušený, dobře utřený, studený vepřový mozeček nebo polovinu telecího mozečku.

Rozpočet na udušení mozečku: 2 *dkg* másla - 2 *dkg* drobně nakrájené cibulky - 3 *dkg* másla - sůl - 8 *dkg* žemle - 3 lžíce mléka - 2 žloutky - 2 bílky - 1 *dkg* másla - ½ *dkg* mouky.

Masový svítek.

Vařené hovězí maso nebo zbytky hovězí pečeně rozsekáme nebo umeleme. V kastrolku na rozpáleném másle usmažíme do růžova drobně nakrájenou cibulku, do ní vložíme rozsekané maso, sůl, tluč. pepř, majoránku, zelenou sekanou petrželku, vše dobře umícháme a malou chvíli dusíme, načež dáme vychladnouti. Zatím si v misce umícháme kousek čerstvého másla, málo soli a žloutky, přidáme studené, udušené maso, z bílků sníh a podle potřeby strouhanou housku. Svítek upečeme jako houskový a nakrájený podáváme k polévce.

Rozpočet pro 5 osob: 10 *dkg* vařeného masa - 3 *dkg* másla - 2 *dkg* cibule - sůl - 2 zrnka pepře - majoránka - petrželka - 2 *dkg* másla na umíchání - 2 žloutky - 2 bílky - 5—8 *dkg* housky - 2 *dkg* másla na vymazání a housku na vysypání.

Kapustový svítek I.

Těsto upravíme jako na třený svítek, přidáme však do něho vychladlou spařenou kapustu, buď v polévce uvařenou a usekanou, nebo udušenou na másle. Pak teprve přidáme sníh a mouku.

Rozpočet pro 5 osob: 2 *dkg* másla - sůl - 2 žloutky - 1 lžíce mléka - ¼ hlávky kapusty - 2 bílky - 3½ *dkg* mouky - 1 *dkg* másla - ½ *dkg* mouky na pánev.

Kapustový svítek II.

Spařenou nakrájenou kapustu udusíme na másle do měkka a dáme ji vychladnouti. V misce si umícháme máslo, sůl, žloutky, načež přidáme drobně rozsekané uzené maso, vychladlou, umletou kapustu a v mléce namočenou, rovněž umletou housku, tlučený pepř, z bílků sníh a podle potřeby strouhanou housku. Svítek upečeme jako houskový a podáváme jej nakrájený.

Rozpočet pro 5 osob: ½ hlávky malé kapusty - 2 *dkg* másla na dušení - 2 *dkg* másla - 2 žloutky - 3 *dkg* uzeného masa - sůl - 4 *dkg* housky - 2 lžíce mléka - 2 zrnka pepře - 2 bílky - 4 *dkg* strouhané housky - 1 *dkg* másla - ½ *dkg* mouky na pánev.

Zeleninový svítek.

Z bílků ušleháme tuhý sníh, do něho lehce zamícháme žloutky, mouku, sůl a naposled lehounce přidáme uvařenou a na kostečky nakrájenou studenou zeleninu: malou mrkvičku, malý kousek celeru, trochu zeleného hrášku, zelené fazolky, hlavičku chřestu a malý kousek květáku. Těsto upečeme na plechu máslem vymazaném a moukou vysypaném. Přidáme-li jen očištěný a uvařený chřest (ne však dřevnatý), máme svítek chřestový. Aneb přidáme-li jen vařený usekaný špenát, máme svítek špenátový.

Rozpočet pro 5 osob: 2 bílky - sůl - 2 žloutky - 4 *dkg* mouky - 5 *dkg* zeleniny - 1 *dkg* másla - 1 *dkg* mouky. - 10 *dkg* syrového chřestu - nebo 10 *dkg* špenátu.

Dvojitý svítek se špenátem.

Umícháme máslo, přidáme žloutky, sůl, z bílků sníh a mouku. Těsto rozdělíme na dva díly. Jeden díl rozetřeme na malý, máslem vytřený a moukou vysypaný plech, načež jej v troubě poněkud zapečeme, ale nedopečeme. Do druhého dílu přidáme studený, uvařený, prolisovaný špenát, jejž lehce zamícháme a rozetřeme na zapečené těsto. Pak vše upečeme v troubě, načež nakrájíme čtverečky a podáváme zvlášť do polévek z kostí aneb do některé polévky ze zeleniny.

Rozpočet pro 5 osob: 2 *dkg* másla - sůl - 2 žloutky - 2 bílky - 2 *dkg* mouky - 10 *dkg* špenátu (syrového) - 1 *dkg* másla a mouky na plech.

Dvojitý svítek játrový.

Připravíme si těsto jako na jaterní svítek, rozetřeme je na máslem potřený a moukou vysypaný plech a v troubě poněkud zapečeme. Potom rozetřeme na nedopečený játrový svítek těsto na třený svítek a dopečeme v troubě dvojitý svítek. Podáváme jej do polévky královské, ale též do hovězí i jiné.

Krupicový svítek.

Do másla, smíchaného se solí, přidáme žloutky, zel. petržel a dobře vše utřeme. Pak přidáme studenou, vařenou krupicovou kaši a z bílků tuhý sníh. Těsto upečeme jako piškotový svítek a nakrájený podáváme k polévce.

Rozpočet pro 5 osob: ⅛ *l* mléka - 5 *dkg* krupice - 3 *dkg* másla - sůl - 2 žloutky - 2 bílky - zelená petržel - 1 *dkg* másla a mouky na vymazání a vysypání.

Levný svítek do polévky.

Z bílků a málo soli ušleháme tuhý sníh, načež do něho lehce zamícháme krupičkovou mouku. Pánev vymažeme syrovým máslem, vysypeme moukou, těsto na ni asi 1 *cm* vysoko rozetřeme a upečeme v mírnější troubě do růžova. Ještě teplý svítek vyklopíme a nakrájíme na stejné čtverečky a podáváme k polévce. Hodí se do mozečkové polévky, ale též i do jiné.

Rozpočet pro 5 osob: 2 bílky - sůl - 3 *dkg* krupičkové mouky - 1 *dkg* másla - 1 *dkg* mouky.

SSEDLINY.

Vaječná ssedlina.

V mléce nebo smetaně kverláme vejce a žloutek ¼ hodiny i déle, vše osolíme, přidáme mouku, tluč. květ a zel. petrželku. Směs nalijeme do vymazaného hrnku, načež přiklopíme hrnec dobře přiléhající po-

kličkou, vložíme jej do většího hrnku s vařící vodou, hrnek rovněž přiklopíme a ssedlinu vaříme v páře ½ hodiny. Vařenou ssedlinu pak vyklopíme, nakrájíme na malé stejné plátky nebo kostky, nebo malou lžičkou vykrájíme nočky, které před podáváním vložíme do polévky.

Rozpočet pro 5 osob: $^1/_{16}$ *l* mléka - 2 vejce - 1 žloutek - ½ *dkg* mouky - sůl - na špičku nože květu - sekaná zelená petrželka - 2 *dkg* másla na vymazání hrnečku.

Ssedlina z rajských jablíček.

V mléce nebo smetaně rozšleháme metlou na sníh žloutky, vejce, tluč. pepř a prolisovaná rajská jablíčka. Ssedlinu připravíme do páry jako vaječnou a vaříme ji ¾ hod. Z uvařené nakrájíme nočky.

Rozpočet pro 5 osob: ¼ *l* mléka nebo smetany - 3 žloutky - 1 vejce - sůl - 2 zrnka tlučeného pepře - 5 *dkg* čerstvých rajských jablíček.

Hrášková ssedlina.

Ve slané vodě uvaříme do měkka zelený mladý hrášek, který prolisujeme žíněným sítem, pak přidáme k němu vejce, žloutek, sůl, pepř, mléko, strouhanou bílou housku a šleháme metlou ¼ hodiny. Pak ji vaříme jako vaječnou ssedlinu v páře ½ hod. Do ssedliny můžeme zamíchati celý vařený hrášek.

Rozpočet pro 5 osob: 25 *dkg* mladého zel. hrášku - 1 vejce - 1 žloutek - sůl - 2 zrnka pepře - $^1/_{16}$ *l* mléka - 1 *dkg* bílé housky - 2 *dkg* másla na vymazání.

Mozečková ssedlina.

Mozeček polijeme horkou vodou a necháme jej tak 5 minut. Potom jej odblaníme a usmažíme na másle s drobně nakrájenou cibulkou, načež jej sítem prolisujeme. V mléce nebo polévce z kostí ušleháme metlou vejce, sůl, tlučený pepř, sekanou zel. petrželku a prolisovaný mozeček. Ssedlinu uvaříme jako předešlou.

Rozpočet pro 5 osob: 1 vepřový nebo ½ telecího mozečku - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* cibule - $^1/_{16}$ *l* mléka nebo polévky z kostí - 3 vejce - sůl - 2 zrnka tluč. pepře - zelenou sekanou petržel - 2 *dkg* másla na vymazání.

Brzlíková ssedlina.

Ve vařící vodě necháme brzlík zběleti. Pak jej udusíme na másle do měkka a prolisujeme. Potom z něho upravíme ssedlinu právě tak jako mozečkovou.

Rozpočet pro 5 osob: 12 *dkg* brzlíku.

Játrová ssedlina.

Sítem prolisujeme odblaněná, syrová, uškrábaná telecí játra a mlékem navlhčenou housku. V míse utřeme máslo se solí, přidáme žloutky, vejce, prolisovaná játra s houskou, tlučený pepř, majoránku,

zel. petrželku, mléko a vše dobře mícháme ¼ hod. Naposled přidáme z bílků sníh a ssedlinu uvaříme v máslem vymazaném a houskou vysypaném hrnečku.

Rozpočet pro 5 osob: 10 *dkg* jater - 5 *dkg* housky - 1 lžíce mléka - 4 *dkg* másla - sůl - 2 žloutky - 1 vejce - 2 zrnka pepře - špetku majoránky - zelenou petržel - ze 2 bílků sníh - 1 *dkg* másla - 2 *dkg* housky na vymazání a vysypání hrnku.

Zeleninová ssedlina.

Zelenou fazolku a mladý zelený hrášek uvaříme ve slané vodě do měkka. Pak vše přecedíme a sítem prolisujeme, načež přidáme mléko, žloutky, vejce, sůl, pečárky (žampiony) na tenké plátky nakrájené a na másle udušené, vše dobře umícháme a ssedlinu uvaříme jako vaječnou ssedlinu.

Rozpočet pro 5—10 osob: 5 *dkg* fazolky (lusků) - 1/16 *l* zel. hrášku - ⅛ *l* mléka - 3 žloutky - 1 vejce - sůl - 4 *dkg* pečárek neb hříbků - 1 *dkg* másla na udušení pečárek a 1 *dkg* másla na vymazání hrnečku.

Šunková ssedlina.

Do umíchané vaječné ssedliny (jak uvedeno v prvním předpise) přidáme 5 *dkg* jemně usekané šunky a ssedlinu uvaříme v páře jako vaječnou.

Omeletové nudle (fritatové).

Z mouky, soli, vajíčka a mléka připravíme si řídké těsto. Pak z něho na dobře máslem vymazané pánvi upečeme omelety, nakrájíme je na stejné nudličky a podáváme k polévce. (Nudle můžeme na rozpáleném másle usmažiti do růžova.)

Rozpočet pro 5 osob: ⅛ *l* mléka - 1 vejce - 6 *dkg* mouky - sůl - 3 *dkg* másla na omeletní pánev.

Masitý závin.

Do tuhého sněhu z bílků zamícháme lehce žloutky, sůl, rozpuštěné a vychladlé máslo a mouku. Těsto rozetřeme asi na ½ *cm* silně na máslem potřený a moukou posypaný plech a upečeme rychle do bledě-růžova. Potom těsto potřeme upravenou masitou nádivkou (haši), zavineme a nakrájíme na řezy, které podáváme zvlášť k polévce.

Nádivka: 12 *dkg* pečeného masa (vepřové, hovězí, telecí), nebo i zbytky různých pečení jemně usekáme nebo umeleme. Ze 2 *dkg* másla, 1 *dkg* cibule a 1 *dkg* mouky uděláme světležlutou jíšku, zalijeme ji trochu polévkou, přidáme do ní umleté maso, sůl, 1 zrnko tlučeného pepře a povaříme. Studenou hustou nádivkou potřeme upečené těsto.

Rozpočet pro 5 osob: 3 bílky - 3 žloutky - sůl - 2 *dkg* másla - 4—6 *dkg* mouky (1 *dkg* másla - 1 *dkg* mouky na plech).

Závin z omeletových nudlí.

Do másla dobře umíchaného se solí zamícháme žloutky, nudle z upečených omelet a z bílků tuhý sníh. Vodou navlhčený ubrousek potřeme na okraji syrovým máslem, těsto do něho upravíme v podobě závinu, svážeme motouzem a vaříme ve slané vodě ½ hodiny. Uvařený závin zbavíme ubrousku a nakrájíme z něho stejné dílky, které před podáváním vložíme do polévky.

Rozpočet pro 5 osob: 3 *dkg* másla - sůl - 2 žloutky - ze 2 bílků sníh. - Omeletové nudle si připravíme ze 6 *dkg* mouky - 1 vajíčka - málo soli a ⅛ *l* mléka (3 *dkg* másla na upečení omelet).

Špenátový závin do polévky.

Uvaříme si špenát, jak jest popsán při špenátové polévce. Usekaný nebo umletý prolisujeme. V míse si utřeme máslo se solí, žloutky, smetanou, tluč. pepřem, načež přidáme prolisovaný špenát a z bílků tuhý sníh.

Tenkou upečenou velkou omeletu nebo čtyři malé (těsto jako na omeletové nudle) rozložíme, potřeme špenátovou náplní, zatočíme dohromady, načež závin zabalíme do mokrého, máslem vymazaného ubrousku, zavážeme motouzkem a ve slané vodě vaříme ½ hodiny. Pak zbavíme závin ubrousku, nakrájíme jej na řezy a podáváme k polévce.

Místo špenátu můžeme si připraviti nádivku z udušeného prolisovaného mozečku nebo z jemně usekaného udušeného masa telecího a vepřového a máme závin mozečkový nebo masový.

Rozpočet pro 5—10 osob: 25 *dkg* špenátu - 3 *dkg* másla - 2 žloutky - sůl - 2 zrnka pepře - kávová lžička husté smetany - ze 2 bílků sníh. *Rozpočet na omelety:* ⅛ *l* mléka - 1 vejce - 6 *dkg* mouky - sůl - 3—4 *dkg* másla na vymazání pánve.

Mozečková nádivka: na másle usmažíme drobně nakrájenou cibulku, přidáme do ní odblaněný mozeček, osolíme, opepříme a chvíli dusíme. Pak zamícháme vajíčko, necháme zahoustnouti a vychladlou nádivkou potíráme omelety.

Rozpočet: ½ telecího neb vepřového mozečku: 2 *dkg* másla - 1 *dkg* cibulky - sůl - pepř a 1 vejce.

Masová nádivka: na másle usmažíme nakrájenou cibulku, přidáme pečené neb vařené usekané maso, chvíli dusíme, přidáme strouhanou žemli, tlučený pepř a pak do vychladlé nádivky zamícháme vejce a sůl.

Rozpočet: 6 *dkg* vepřového masa - 6 *dkg* telecího masa - 2 *dkg* másla - 1 *dkg* cibulky - 3 zrnka tlučeného pepře - 2—3 *dkg* strouhané žemle - 1 vejce - sůl.

SMAŽENÉ VLOŽKY DO POLÉVEK.

Vaječné krupky.

Uděláme hodně tuhé těsto z vajec a mouky a usušíme je. Potom nastrouháme strouhanku, kterou usmažíme v rozpáleném převařeném másle do zlatova. Podáváme na talíři k polévce.

Rozpočet: Na 1 vajíčko 12 *dkg* mouky - 20 *dkg* převařeného másla.

Vaječný smažený hrášek.

Z mouky málo osolené, vajíčka a mléka umícháme si řídké těstíčko. Pak po částech bez míchání prokapeme těstíčko přes struhadlo do rozpáleného másla, ve kterém usmažíme hrášek do zlatova.

Rozpočet: Na 1 vajíčko - ⅛ *l* mléka - 8 *dkg* mouky - sůl - 20 *dkg* převařeného másla neb sádla.

Sněhulky z páleného těsta.

Do kastrolku dáme si vodu, máslo a sůl. Když se voda vaří, nasypeme do ní mouku a mícháme na ohni tak dlouho, až vznikne kaše, která se ani kastrolku ani vařečky nechytá. Potom do úplně studené kaše zamícháme vejce a dobře vypracujeme. Z těsta děláme malou lžičkou dříve namočenou v rozpáleném másle nebo sádle sněhulky nebo vykrajujeme nočky, které v rozpáleném másle usmažíme do růžova. Sněhulky podáváme zvlášť k polévce (nejlépe cibulové).

Rozpočet pro 5 osob: ⅛ *l* vody - 1 *dkg* másla - sůl - 8 *dkg* mouky - 1 vejce-15 *dkg* převařeného másla nebo sádla.

Smažené rýžové knedlíčky.

Udušenou rýži umeleme na masovém strojku, přidáme do ní máslo, žloutek, sůl, tlučený květ a podle potřeby strouh. housku. Z tuhého těsta děláme malé knedlíčky, které usmažíme v rozpáleném převařeném másle neb sádle do růžova.

Rozpočet pro 5 osob: 6 *dkg* rýže - 2 *dkg* másla na udušení - 1 *dkg* másla - 1 žloutek - sůl - na špičku nože tluč. květu a podle potřeby housky 10—15 *dkg* - 20 *dkg* převařeného másla nebo sádla. (Mohou se také jen uvařiti!)

Smažené kuličky z nudlového těsta (bublinky).

Polovinu tenké, nesušené nudlové placky potřeme bílkem, přiklopíme druhou polovinou, dobře přitiskneme, načež malým vykrajovadlem (asi jako náprstek velkým) vykrájíme kolečka (bublinky), která v másle nebo sádle usmažíme do růžova.

Rozpočet: Na 1 vejce : 10 *dkg* mouky - 20 *dkg* převař. másla nebo sádla.

Polévkové koření do slabších polévek I.

V kastrole usmažíme do světlehněda na 10 *dkg* dobře rozehřátého másla, 50 *dkg* na nudličky nakrájené mrkve a 50 *dkg* rozkrájené cibule, pak zalijeme poněkud vodou a podusíme. Do hrnce dáme 60 *dkg* rozkrájeného celeru, petržele, póru, chřestu, květáku, 2 hřiby nebo suché houby (1 *dkg*), asi 30 *g* smíšeného utluč. koření, a to: bílý pepř, hřebíček, muškátový oříšek, nové koření (toho nejméně), bobkový list, to vše osolíme, přidáme usmaženou mrkev a cibuli, přilijeme vody a vaříme tak dlouho, až je z toho polotekutá kaše, kterou pak plátnem procedíme. Mezitím uvaříme v jiném hrnci 2½ *kg* morkových kostí,

2 *kg* hovězího masa, ½ rozkráj. hovězího srdce a ½ staré slepice. Vyvařenou polévku procedíme plátnem, z vychladlé odstraníme tuk, vše smícháme se zeleninou, a to na 2½ *kg* zeleninového vývaru 1½ litru polévky, znovu procedíme, nalijeme do lahví a ve studenu uschováme.

Rozpočet pro 5 osob: 1 lžíce koření.

Zeleninový výtažek do polévek II.

Všechny zeleniny, cibuli podle uvedeného rozpočtu opereme, nakrájíme na větší kousky, osolíme, opepříme a v masovém strojku umeleme. Potom vložíme umletou zeleninu do hrnce a stále míchajíce ji necháme na plotně dobře zahoustnouti. Hustou zeleninu dáme do sklenic a v páře ji zavaříme. V zimě při úpravě polévek dáváme ji do slabších vodových polévek, které jen podle chuti přisolíme.

Rozpočet: ¾ *kg* mrkve - ½ *kg* petržele - 1 celý větší celer - 3 menší brukve (t. j. kedlubny) - ½ hlávky velké kapusty - 15 zralých rajských jablíček - 20 *dkg* soli - kávová lžička pepře - 25 *dkg* cibule.

KOŘENÍ.

Koření nazývají se rozmanité částky rostlin, nejčastěji plody a květy, kořeny, listy a poupata. Výživné hodnoty nemají, dodávají však pokrmům vůně a povzbuzují chuť k jídlu.

K vaření používáme těchto druhů koření:

Badián neboli hvězdičkové koření jsou plody malého čínského stromu. Pro příjemnou vůni a chuť používá se badiánu jako koření do likérů, cukrovinek a pečiva.

Bobkový list vyznačuje se kořenitou vůní a mírně nahořklou chutí, která jistým pokrmům dodává pikantní příchuť. Suchého bobkového listu užívá se jako přísady do omáček, mořidla při úpravě zvěřin a ryb. Bobkový list dováží se k nám sušený z Italie.

Fenykl pěstuje se pro aromatické semeno, je to rostlina několikaletá, pěstovaná v zahradách, roste však i volně na polích. Fenyklem kořeníme některá pečiva, zavařeniny, sýry a nakládaniny. Fenykl římský a boloňský má jemnější chuť a vůni. Na jihu pěstovaná rostlina dováží se i k nám, užívá se jí v zimě jako zeleniny anebo k úpravě omáček. Fenyklu se podobá anýz, jenže má menší semínka a užívá se rovněž v kuchyni a cukrářství.

Hořčice pěstuje se i u nás. Stolní hořčice se vyrábí ze semen hořčice bílé, na jemnou moučku rozemleté, k níž se přidává část hořčice černé. Jako přísady k zpracované kašičce se přidává: ocet nebo mošt, též cibule, sardele a česnek. Hořčice se podává k masitým pokrmům a přidává se k různým pikantním omáčkám a majonézám.

Hřebíček, aromatické koření, jsou poupata myrtovitého stromu, t. zv. hřebíčkovce, který se pěstuje v krajinách tropických. Hřebíčkového koření se používá jako přísady do omáček, cukrovinek a perníku.

Pro silnou a pronikavou vůni používá se hřebíčku jenom v malých částkách.

Kapary jsou poupata z trnitého keře kapary, který roste divoce v jižní Evropě. Do obchodu přicházejí kapary v soli nebo octě naložené a užívá se jich k přípravě pikantních omáček, k různým masitým pokrmům a j.

Kmín jest plod luční rostliny, která se místy též pěstuje. Velmi dobrý kmín jest náš kmín moravský a pak holandský. Kmínové semeno, silné vůně a chuti, slouží jako přísada do jistých omáček a je znamenitým kořením k pečením tučným. Dále se používá s oblibou do polévek, pečiva, pokrmů masitých, zeleninových, sýrů a ku kořenění chleba. Z kmínu připravený likér jest znamenitý, který působí příznivě na zažívání.

Majoránka pěstuje se u nás v zahrádkách a je oblíbeným kořením do luštěninových a j. polévek, k úpravě skopového masa, jitrnic a k různé úpravě sekaného masa.

Nového koření, plodů myrtovitého stromu, používá se do mořidel a omáček a perníkových cukrovinek, a to jen v malých částkách pro jeho silnou vůni a pronikavou chuť.

Oříšku a květu muškátového v mírných částkách používá se jako koření do moučníků a různých pečiv. Též některé zeleniny, polévky a omáčky vyžadují této kořenité přísady, jak v návodech knihy uvedeno.

Paprika je rostlina původu tropického, jest však se zdarem pěstována i v našich teplejších a slunných krajinách. Plodů papriky jest několik odrůd. Červených plodů rozemlet. na moučku užívá se u nás mírně a ponejvíce se užívá papriky sladké k pokrmům masitým, jako: zadělávané telecí, kuře na paprice a guláše. Zadělávané dršťky a polévka vyžadují též přísadu papriky. Zelené papriky, plody velké žluté, plněné dušenou rýží a masem (viz návody v textu), jsou i u nás jako oblíbený příkrm zavedeny.

Pepř jsou plody keře popínavého, na Malabarech pěstovaného. Černý pepř je z nedozralých sušených plodů. Pepř bílý připravuje se máčením ve vápenné vodě nebo mořské soli z plodů zralých. Pepř je nezbytným kořením při vaření. Lépe je kupovati pepř zrnitý, jelikož mletý obsahuje mnohdy náhražky méně cenné a pravému pepři neodpovídající.

Skořice je kůra větví skořicovníku, vavřínovitého druhu rostlin. Nejlepší a nejdražší je skořice ceylonská, pak javská a cayenská. Skořici při vaření používáme ku kořenění nákypů, různých moučníků a některých cukrovinek.

Šafrán pochází původně z Malé Asie a Řecka. Pěstuje se však s úspěchem ve Francii, Švýcarsku a Španělsku. Šafrán je zboží velmi drahé. U nás se jen velmi málo používá, a když, tak jen jako barviva do polévek.

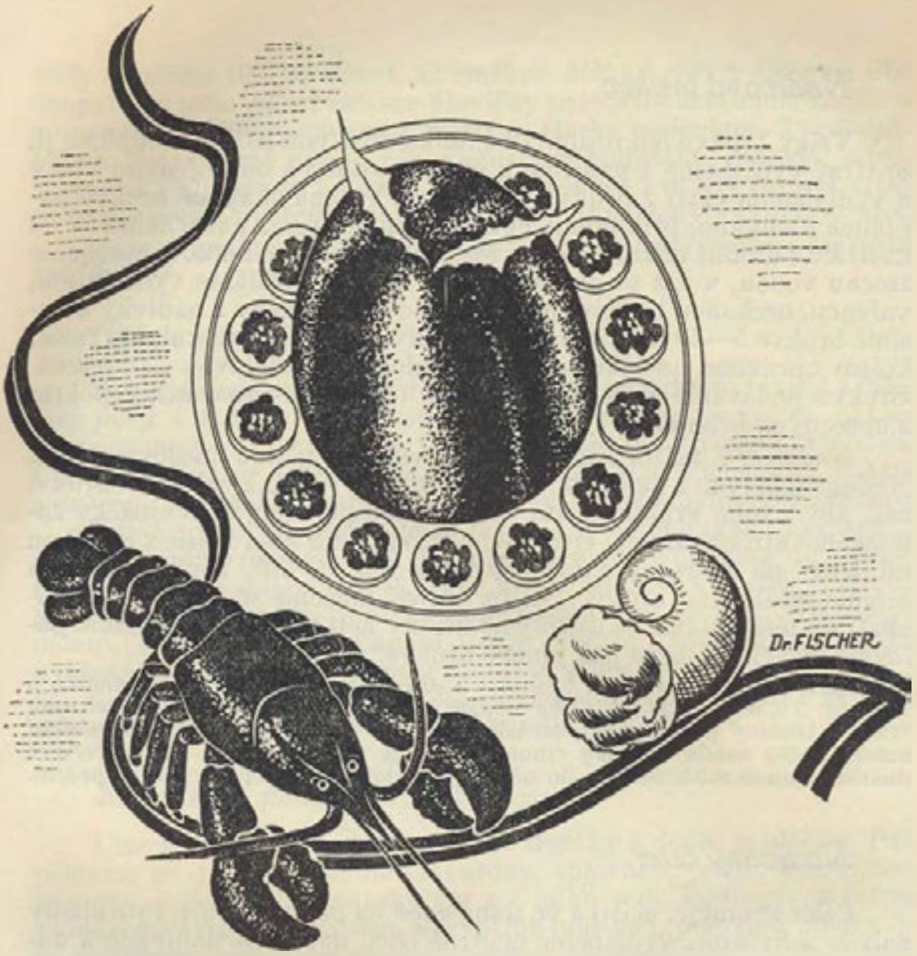
Vanilky používá se ponejvíce v cukrářství k přípravě různých krémů a likérů. Jsou to plody rostliny vstavačovité, pocházející z tropických krajů Ameriky. Nejvzácnější je však vanilka z Mexika. Zboží dobré poznáváme po barvě černohnědé a silné vůni.

Zázvor má velmi příjemnou vůni a chuť kořenitou až palčivou. Používá se ku kořenění různých polévek, zavařenin, pečiva, omáček a různých nápojů. Zázvor jsou kořeny rostliny stejného jména. Nejlepší je jamajský, africký a bengálský. Zázvor oloupaný kupujeme celý a podle potřeby ho rozstrouháme nebo na kousky rozsekáme.

Maggiho koření, místo různého koření, jakého pokrmy k zpestření chuti nevyhnutelně vyžadují, používá se dnes ponejvíce s velkou výhodou tekutého Maggiho polévkového a pokrmového koření, které vyniká jemností, vůní, vydatností a trvanlivostí, aniž by vnitřní ústrojí dráždilo jako ostrá koření. Vzhledem k svému tekutému stavu se hodí velmi dobře a lépe než pevná koření k dokonalému míchání s pokrmy.

Maggiho koření používá se ku kořenění polévek, omáček, pečení, zelenin, vaječných pokrmů atd.

Pro svoje dobré vlastnosti hodí se Maggiho koření též pro nemocné a pro dětskou stravu, neboť povzbuzuje chuť k jídlu a trávení.



III. PŘEDKRMY

Předkrmy nazýváme to jídlo, které podáváme po polévce nebo místo polévky. Rozeznáváme předkrm teplý a studený. Mnohý teplý předkrm, hlavně zeleniny, můžeme podávati k obložení masa, jako kapustová poupátka, masové válečky, máslovou paštiku s brusinkami a pod. Studený předkrm, na příklad harlekýnský chlebíček, obložené housky, některou paštiku, můžeme podávati též jako zákusek k čaji.

Za předkrmy hodí se též upravení raci, hlemýždi a pod., ale též ryby a zvěřina.

Některé teplé předkrmy podáváme v těch nádobách, ve kterých se pekly (jako lastury), na míse vyložené ubrouskem a ozdobené kadeřavou petrželkou a citronem.

Nadívaná brukev.

Vršky brukve odkrojíme s několika mladými lístky, oloupáme ji, opatrně vydlabeme a uvaříme v osolené vodě i s odkrojenými vršky a vydlabanou částí z brukve do měkka. Vařené okapané brukve naplníme nádivkou, přiklopíme odkrojeným vrškem, narovnáme je do kastrolu s drobně nakrájenou na másle usmaženou cibulkou, podlijeme trochu vodou, v niž se brukve vařily, k tomu přidáme vydlabanou, vařenou, usekanou brukvovou část, polovinu omáčky z nádivky a dusíme brukve 5—10 minut. Hotové brukve vyndáme na kulatou mísu, kolem upravíme omáčku a pokrm ozdobíme kadeřavou petrželkou. Brukve podáváme jako předkrm, ale také jako samostatný pokrm s opečenými brambory.

Nádivka: Z másla a mouky připravíme si světlou máslovou jíšku, zředíme ji šťávou z dušeného telecího masa a vodou z vařených brukví tak, aby z toho vznikla hustá omáčka. Do poloviny této omáčky zamícháme utřené sardele, citronovou šťávu, pepř a na másle s cibulkou udušené, na kostečky nakrájené telecí maso a sůl. Touto nádivkou plníme vydlabané brukve. Místo sardelí můžeme do nádivky zamíchati na másle udušené nakrájené hříbky neb žampiony. V druhé polovině omáčky dusíme pak plněné brukve.

Rozpočet pro 5 osob: 5 brukví - 2 *dkg* másla - 3 *dkg* cibule. *Omáčka a nádivka:* 2 ½ *dkg* másla - 1 ½ *dkg* mouky - 2 sardele - 1 žloutek - z ½ citronu šťávy - tlučený pepř - místo sardelí 2 hříbky - a 1 *dkg* másla. *Na udušení masa:* 2 *dkg* másla - 2 *dkg* cibule - 12 *dkg* telecího masa. Místo čerstvě dušeného masa můžeme dáti do nádivky zbylou telecí nebo vepřovou pečeni.

Nadívaný celer.

Celer se omyje, očistí a ve slané vodě na polovic uvaří. Prochladlý nahoře seřízneme, vydlabeme opatrně lžicí, naplníme nádivkou a odříznutý vršek zase přidáme. Máslo necháme na kastrolku zhnědnout (ne spálit), celer v něm opečeme, podlijeme celerovou vodou, přidáme udušené, na lístky nakrájené hřiby nebo pečárky, nebo také v mléce uvařené suché hříbky a celer udusíme do měkka. Šťávu, ve které se celer dusil, zahustíme moukou, povaříme a podle chuti osolíme. Celer podáváme horký.

Nádivka: 2 *dkg* drobně nakrájené cibulky usmažíme na másle (2 *dkg*), přidáme do ní 10 *dkg* vepřového a 10 *dkg* telecího masa, sůl, pepř, drobně nakrájené 2 malé hříbečky a několik lžic polévky. Nádivku udusíme na plotně. Do vychladlé zamícháme 1 vejce a asi 3—4 *dkg* strouhané housky.

Rozpočet pro 5 osob: Na 3—4 celery 4 *dkg* másla - 2 hřiby nebo 4 pečárky - 2 *dkg* mouky.

Chřest s máslem.

Chřest skrojíme, pod hlavičkou sloupneme, opereme, svážeme po šesti do svazečku, aby se lépe překládal, vložíme jej do vařící osolené

vody a vaříme 10—20 minut, až změkne. Měkký chřest dáme na síto okapati, na míse jej rozvážeme, hlavičky posypeme smaženou houskou a omastíme dobře rozpáleným máslem. Horký podáváme. Týmž způsobem upravujeme mladý pór, kapustová poupátka, mladou, celou, spařenou a uvařenou kapustu, květák, rovněž i mladé brukve oloupané a v celku uvařené. — Také vařený nazelenalý kukuřičný klas.

Rozpočet pro 5 osob: Na 50 *dkg* chřestu - sůl - 18 *dkg* másla - 3 *dkg* strouhané housky.

Chřest v omáčce.

Ve slané vodě uvařený chřest vložíme do omáčky upravené z máslové jíšky a vody, v níž chřest se vařil; opepříme, přisolíme, okyselíme citronovou šťávou a přisypeme jemně sekanou zelenou petrželku. Chřest podáváme jako předkrm, ale také jako samostatný pokrm s dušenou rýží nebo s vařenými makarony posypanými parmezánem.

Týmž způsobem upravujeme reveň. Oloupanou reveň nakrájíme, spaříme a dáme okapati, pak ji v máslové omáčce udusíme do měkka. Chutná dobře s dušenou rýží. Také nedozrálý klas kukuřičný, pokud je měkký a nazelenalý, tímto způsobem upravený, chutná velmi dobře dětem. Též kapustová poupata dobře očištěná, spařená, do měkka uvařená a upravená tímto způsobem jsou velice dobrá.

Rozpočet pro 5 osob: Na 50 *dkg* chřestu si upravíme omáčku ze 3 *dkg* másla a 5 *dkg* mouky - zelená petržel - 1 citron - sůl.

Kapustový puding.

Umícháme máslo se solí, přidáme žloutky a dobře je utřeme. Pak přidáme uvařené, vychladlé makarony, spařenou, jemně nakrájenou kapustu, koření, parmezánský sýr a z bílků sníh. Pudingovou formu vymažeme syrovým máslem, vysypeme houskou, polovinu hmoty do ní rozetřeme, posypeme sekanou šunkou, nato přidáme druhou polovinu hmoty, formu uzavřeme a puding vaříme 1 hodinu v páře. Tento puding můžeme připraviti místo s makarony a sýrem s houskou navlhčenou smetanou a houskou strouhanou.

Rozpočet pro 5 osob: 5 *dkg* másla - sůl - 3 žloutky - 3 zrnka pepře - na špičku nože muškátového oříšku - 12 *dkg* makaronů (koupíme u lahůdkáře) - neb spagettů, ale též širších nudlí - 3 *dkg* parmezánského sýra - 1 menší kapusta - ze 3 bílků sníh - 10 *dkg* šunky nebo uzeného masa. Místo makaronů 5 *dkg* housky - 2 lžíce kyselé smetany - 5 *dkg* strouhané housky - 2 *dkg* másla na vymazání formy - 3 *dkg* housky na vysypání.

Kapusta plněná.

Menší hlávku mladé kapusty opereme, rychle spaříme, listy poněkud rozložíme. Zatím si udusíme do měkka na osmažené cibulce trochu spařené rýže, usekáme šunku a zbytky pečeného masa. Vše smícháme s vajíčkem, osolíme, opepříme a kapustu naplníme za každým listem. Naplněnou kapustu vložíme do vypraného organtinu neb čisté vlhké utěrky, zavážeme, vložíme do slané, vařící vody a vaříme

1 hod. Pak kapustu zbavíme organtinu, posypeme ji na másle usmaženou houskou a kolem ji ozdobíme sekanou šunkou.

Starší kapustu (v zimě) dříve ve slané vodě dobře povaříme a pak plníme a vaříme.

Rozpočet pro 5 osob: 1 kapusta - 3 *dkg* másla - 2 *dkg* cibulky - 8 *dkg* rýže - 10 *dkg* šunky - 10 *dkg* pečeného vepřového nebo telecího masa - 1 vejce - sůl - 3 zrnka pepře - 3 *dkg* housky na posypání a 3 *dkg* másla - 5 *dkg* šunky na ozdobu.

Květákový puding.

Očištěný, ve slané vodě vypraný květák vložíme do vařící, osolené vody a uvaříme ne příliš do měkka. Rozebereme na růžičky, košťál a odřezky nakrájíme na kostečky a dáme vše vychladnouti. V míse si zatím umícháme máslo se solí a žloutky. Pak přidáme na kostečky nakrájené, mlékem navlhčené housky, z bílků sníh a odřezky z uvařeného květáku. Pudingovou formu vymažeme syrovým máslem, vysypeme houskou, dno formy vyložíme připraveným květákem, pokryjeme umíchanou hmotou a puding vaříme 1 hod. v páře. Jest chuti velice jemné.

Rozpočet pro 5 osob: 7 *dkg* másla - sůl - 2 žloutky - 2 housky (10 *dkg*) - 2 lžíce mléka - 1 květák prostřední velikosti neb 25 *dkg* různé vařené zeleniny a ze 2 bílků sníh - 2 *dkg* másla a 3 *dkg* strouhané housky na formu.

Květáková omeleta.

Z másla a mouky upravíme si světlou jíšku, zředíme ji mlékem v hustou omáčku a 1 minutu povaříme. Do prochladlé omáčky zamícháme žloutky, jeden po druhém, sůl, pepř, květák ve slané vodě uvařený, dobře zcezený a usekaný, a z bílků tuhý sníh. Větší omeletovou pánev vymažeme čerstvým máslem, vysypeme krupičkovou moukou, těsto na ní rozetřeme a pečeme v troubě 10 minut. Omeletu při pečení neobracíme. Do květákové omelety můžeme zamíchati též sekanou šunku a parmezánský sýr a podáváme k ní každý salát.

Rozpočet pro 5 osob: 3 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky - $^3/_8$ *l* mléka - sůl - tlučený pepř - 2 žloutky - 15 *dkg* květáku - ze 2 bílků sníh - 1 ½ *dkg* másla - 1 ½ *dkg* mouky na pánev - 5 *dkg* šunky - 2 *dkg* parmezánského sýra.

Květák s parmezánem.

Ve slané vodě uvařený květák rozloží se v jednotlivé růžičky po sítě a nechá se okapat. Nákypová forma, nejlépe porculánová, se vymastí, vysype houskou, poklade na dně květákem, který se posype strouhaným sýrem parmezánským, opět poklade květákem, dobře se vše setřese, pokape mlékem s umíchaným žloutkem nebo kyselou smetanou, poklade kousky másla a peče v dobře vytopené troubě ½ hodiny. Místo sýra posypeme květák jemně sekaným uzeným masem a sekanou petrželkou. Dáme-li maso tučnější, nemusíme mnoho mastiti.

Rozpočet pro 5 osob: 1 velká růže květáku - 10 *dkg* uzeného masa nebo šunky - 2 *dkg* sýra - 6 *dkg* másla - $^1/_8$ *l* mléka nebo kyselé smetany - 1 žloutek - sůl - 2 *dkg* másla - 3 *dkg* strouhané housky na formu.

Květák smažený.

Květák opereme ve slané vodě a pak na polovic ve slané vodě uvaříme a necháme okapat. Uvařený nakrájíme na plátky, obalíme v husté máslové omáčce a necháme ve studenu ztuhnouti. Když omáčka ztuhla, obalíme květák ve strouhané housce a v rozpáleném omastku do červena usmažíme. Podáváme jej s dušeným špenátem.

Omáčka: Z másla a mouky upraví se světlá jíška, osolí se, zalije polévkou neb vodou, přidá žloutek a trochu květu.

Rozpočet pro 5 osob: 1 růže květáku - 4 *dkg* másla - 5 *dkg* mouky - 1 žloutek - sůl - tlučený květ.

Celer upravuje se týmž způsobem.

Také můžeme květák ne příliš do měkka uvařený, osolený, omoučený namáčeti v rozšlehaném vajíčku, pak obaliti ve strouhané housce a usmažiti v rozpáleném másle do růžova.

Celé hlavičky velkých hřibů na plocho nakrájené, osolené, pomoučené, namočené ve vajíčku, obalené strouhanou houskou a usmažené jsou velice chutné s dušeným špenátem.

Rozpočet pro 5 osob: 5 hlaviček velkých hřibů - sůl - 3 *dkg* mouky - 1 vejce - 8 *dkg* strouhané housky - 15 *dkg* převařeného másla na smažení.

Plněná zelená paprika.

Sladké zelené papriky opereme. Pak vršky papriky (u stopky) odkrojíme, odstraníme opatrně semena, papriky dvakrát spaříme vařící vodou a necháme na sítě okapati. Potom papriky naplníme připravenou kašovinou a přiklopíme je seříznutým vrškem. V kastrole usmažíme na másle drobně nakrájenou cibulku, do ní vložíme naplněné papriky, podlijeme je asi 2 lžícemi vody, přidáme na špičku nože tlučené červené papriky, sůl a dusíme ½ hod. Nakonec přidáme prolisovaná rajská jablíčka, kyselou smetanu s umíchanou moukou a dusíme ještě malou chvíli. Potom papriky urovnáme na mísu, polijeme je procezenou omáčkou a podáváme. Papriky můžeme též podávati jako samostatný pokrm s noky (viz Příkrmy str. 206) nebo s brambory.

Nádivka: Do udušené studené rýže zamícháme sůl, mleté syrové neb pečené vepřové maso nebo uzené, na drobné kostečky nakrájenou slaninu, vejce a trochu majoránky. Dobře umíchanou nádivkou naplníme lusky papriky.

Jiný způsob: Naplněné lusky dáme vařit ½ hod. do hotové procezené rajské omáčky (viz Omáčky str. 175).

Rozpočet pro 5 osob: 5 lusků zelené papriky - sůl - 4 *dkg* másla - 4 *dkg* cibulky - 2 rajská jablíčka - ⅛ *l* kyselé smetany - 2 *dkg* mouky. *Nádivka:* 2 *dkg* másla - 10 *dkg* rýže - sůl - 25 *dkg* vepřového masa (ramínko) nebo uzeného masa - 2 *dkg* slaniny - 1 vejce - špetka majoránky.

Zelené papriky plněné zeleninou. Ruský způsob.

Kořenovou zeleninu očistíme, nakrájíme na nudličky a v oleji do měkka usmažíme. Baňaté oprané zelené nepálivé papriky u stopky seřízneme, odstraníme opatrně všechna semena a naplníme je smaže-

nou osolenou zeleninou. Papriky uzavřeme seříznutými vršky, složíme je do čistých zavařovacích sklenic a zalijeme rozvařenými, prolisovanými rajskými jablíčky do tří čtvrtin sklenice. Okraje sklenic otřeme a uzavřeme čistou suchou gumičkou a víčkem, které pérem upevníme. Sklenice složíme do hrnce, do kterého nalijeme vody do výše 15 *cm*. Hrnec postavíme na plotnu a první den sterilisujeme při 100° C 30 minut. Druhý den znovu dáme vychladlé sklenice sterilisovat při 100° C 20 minut. Sklenice vyjmeme z hrnce i se stojanem, pokryjeme vlhkou utěrkou a po vychladnutí je prohlédneme, jsou-li dobře uzavřené, načež je ve studenu uložíme.

Papriky podáváme v zimě studené, nebo v páře je ohřejeme a teplé podáváme.

Rozpočet pro 5 osob: 10 baňatých zelených paprik - 75 *dkg* kořenové zeleniny (celer, mrkev, petržel) - sůl - 15 *dkg* olivového oleje - ¾ *l* šťávy z udušených rajských jablíček - 1 litrová patentní sklenice.

Špenátové omelety I.

Do prosáté, osolené mouky přilijeme mléko, ve kterém jsme umíchaly celé vajíčko, a těstíčko dobře umícháme. Pak z něho upečeme na rozpálené, máslem vymazané pánvi 10 omeletek. Potřeme je špenátovou nádivkou, zabalíme, pokapeme je máslem a podáváme jako samostatný pokrm s hořčicovou omáčkou (viz Omáčky str. 179), nebo je podáváme k masu.

Nádivka: 25 *dkg* špenátu přebereme, vypereme, uvaříme ve slané vodě a pak usekáme. Na 1 *dkg* másla si usmažíme 3 *dkg* strouhané housky, přidáme špenát, sůl, pepř a chvíli dusíme. Pak přimícháme ½ *dkg* sušených neb 5 *dkg* čerstvých, do měkka udušených hříbků, 1 žloutek a vše zamícháme.

Rozpočet na omelety pro 5 osob: ⅛ *kg* mouky - sůl - ¼ *l* mléka - 1 vejce - 4 *dkg* másla na pečení.

Špenátové omelety II.

V mléce dobře umícháme vejce, krupičkovou mouku, sůl, málo tlučeného pepře a uvařený prolisovaný špenát. Omeletní pánev vymažeme rozpáleným máslem a upečeme na obou stranách stejné omeletky. Teplé zatočíme a podáváme je s citronovou omáčkou, nebo je naplníme sekaným masem smíchaným s kyselou smetanou. Dětem podáváme omeletky bez omáčky a náplně.

Náplň: 12 *dkg* uzeného uvařeného masa jemně usekáme a umícháme se 6 lžícemi kyselé smetany. Umíchanou náplní potíráme omeletky.

Rozpočet pro 5 osob: 6 vajec - $^1/_{16}$ *l* mléka - 3 *dkg* krupičkové mouky - 3 lžíce prolisovaného špenátu (¼ *kg* syrového špenátu) - 3 *dkg* másla na pánev. Citronová omáčka viz str. 179.

Špenátové omeletky plněné smaženými vejci.

Z čerstvých bílků a trochu soli si ušleháme tuhý snih. Pak do něho lehce zamícháme žloutky, prolisovaný uvařený studený špenát a jemně

ustrouhanou žemli. Omeletní pánev vymažeme syrovým máslem, vysypeme krupičkovou moukou a omeletky v troubě do růžova upečeme. Ještě teplé omeletky potřeme smaženými vejci a zatočíme. Horké ozdobíme zelenou petrželí a podáváme.

Náplň: Do rozpáleného másla přilijeme dobře rozmíchaná vajíčka, sůl, tluč. pepř a stále míchajíce necháme vajíčka přiměřeně zahoustnouti. Pak omeletky ještě teplými vajíčky potřeme a můžeme je ještě posypati sekanou šunkou neb vařeným uzeným masem.

Rozpočet pro 5 osob: 2 omelety: 6 bílků - sůl - 6 žloutků - 50 *dkg* špenátu - 14 *dkg* strouhané žemle. - *Na pánev:* 3 *dkg* másla - 1 ½ *dkg* mouky. *Náplň:* 2 *dkg* másla - 3 vejce - sůl - pepř - 5 *dkg* šunky neb uzeného masa - kadeřavá petržel na ozdobu.

Špenátový závin.

Špenát očistíme, opereme, uvaříme, umeleme a prolisujeme. Pak upravíme světlou jíšku, rozředíme ji smetanou nebo mlékem, povaříme a necháme poněkud vychladnouti, načež přidáme žloutky, sůl a připravený špenát. Na plech dáme papír, potřený syrovým máslem a posypaný moukou, hmotu na něj tence rozetřeme a v troubě mírně upečeme. Upečenou hmotu potřeme udušeným mozečkem nebo jen míchaným smaženým vejcem a posypeme sekanou šunkou. Pak hned závin ještě horký rychle sbalíme a chvíli pečeme. Potom ho nakrájíme na šikmé řezy a podáváme s citronovou omáčkou. (Viz Omáčky str. 179.)

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* špenátu - 7 *dkg* másla - 4 *dkg* mouky - ⅛ *l* smetany aneb mléka - 3 žloutky - sůl - papír - 1 *dkg* másla - 1 *dkg* mouky. *Náplň:* 1 vepřový mozeček - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* cibule - 1 vejce do mozečku (nebo jen 1 vejce a 3 zbylé bílky) a 6 *dkg* šunky.

Špenátový puding.

Očištěný, dvě minuty povařený špenát dáme dobře okapati, načež jej jemně usekáme neb prolisujeme. V míse dobře utřeme máslo, sůl, tlučený pepř a žloutky. Poté přidáme špenát, ve smetaně namočenou prolisovanou neb na prkénku nožem utřenou žemli a zamícháme. Naposled lehce vmícháme do těsta tuhý sníh, sekanou šunku a suchou strouhanou žemli. Připravené těsto vložíme do pudingové formy, máslem vymazané, strouhanou žemlí vysypané a puding vaříme v páře jednu hodinu. Vařený vyklopíme na kulatou mísu, polijeme rozpáleným máslem, posypeme strouhanou žemlí neb parmezánským sýrem a podáváme jej s pažitkovou omáčkou (viz str. 177) a bramborovými kynutými knedlíčky, anebo jej kolem ozdobíme míchanými smaženými vejci a sekanou šunkou. Puding můžeme připraviti i bez šunky.

Rozpočet pro 5 osob: 6 *dkg* másla - 4 žloutky - 50 *dkg* špenátu - 4 lžíce sladké smetany neb mléka - 3 *dkg* žemle - sůl - pepř - ze 4 bílků sníh - 5 *dkg* suché strouhané žemle - 5 *dkg* šunky - *na formu:* 2 *dkg* másla - 2 *dkg* strouhané žemle - *na polití:* 2 *dkg* másla - 2 *dkg* strouhané žemle - neb 2 *dkg* parmezánského sýra.

Špenátový nákyp.

Přebraný, dobře vypraný špenát uvaříme v osolené vodě, poté jej dáme okapati a jemně usekáme. Zvlášť si připravíme žlutou máslovou jíšku s cibulkou, zředíme ji mlékem na zahoustlou omáčku a povaříme. Do vychladlé omáčky zamícháme žloutky, sůl, pepř, připravený špenát, strouhaný parmezánský sýr a tuhý sníh z bílků. Ohnivzdorný kastrol vymažeme máslem, naplníme špenátovou směsí a v horké troubě pečeme ½ až ³/₄ hodiny. Nákyp podáváme v nádobě, ve které se pekl.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* špenátu - 4 *dkg* másla - 4 *dkg* mouky - 2 *dkg* cibule - ¼ *l* mléka - sůl - pepř - 5 žloutků - 8 *dkg* parmezánského neb ementálského sýra - 5 bílků - 2 *dkg* másla.

Zeleninový nákyp.

Očištěnou kapustu, mrkev, celer, brukev, květák ve slané vodě uvaříme do měkka. Měkkou vychladlou zeleninu nakrájíme na malé kostky. V kastrole povaříme v mléce sůl s máslem, načež přisypeme mouku a na plotně umícháme husté těstíčko a dáme vychladnouti. Do studeného těstíčka zamícháme žloutky, přidáme připravenou zeleninu a tuhý sníh z bílků. Ohnivzdornou nákypovou formu vymažeme máslem, naplníme směsí, povrchu pokropíme máslem a v mírně vytopené troubě pečeme 25 minut. Před podáváním posypeme nákyp strouhaným parmezánským sýrem a ozdobíme zelenou petrželkou.

Rozpočet pro 5 osob: 60 *dkg* zeleniny (kapusty, mrkve, brukve, celeru, květáku) - sůl - ¼ *l* mléka - 7 *dkg* másla - 10 *dkg* mouky - 4 žloutky - ze 4 bílků sníh - 4 *dkg* másla na formu a pokropení - 2 *dkg* parmezánu - zelená petržel na zdobení.

Rajská jablíčka se šunkou.

Neloupaná jablíčka vydlabeme. Na másle umícháme vejce, přidáme do nich dužinu z jablíček, sekanou šunku a necháme zahoustnouti. Vydlabaná jablíčka urovnáme na ohnivzdornou mísu, naplníme je míchanými vejci se šunkou. Ze syrových čerstvých bílků si ušleháme tuhý sníh, lehce do něho přidáme sůl a sekanou petrželku. Pak jej upravíme vkusně kolem jablíček a dáme mísu na několik minut do trouby zapéci. Hotový pokrm i s nádobou upravíme na mísu ubrouskem vyloženou, ozdobíme petrželkou a podáváme.

Rozpočet pro 5 osob: 5 větších rajských jablíček - 2 *dkg* másla - 2 vejce - sůl - 5 *dkg* šunky - 3 bílky na sníh - sůl - špetku zelené petržele.

Plněná rajská jablíčka I.

Pěkná, velká, kulatá rajská jablíčka čistě vypereme, vršek s nich seřízneme a vydlabeme je. Zvlášť usmažíme na másle drobně rozkrájenou cibulku, do ní vložíme drobně sekané, syrové vepřové a telecí maso anebo zbytky pečeně a chvíli dusíme. Nyní přidáme sůl, tlučený

pepř, sekanou petrželku, vejce, polévku a podle potřeby strouhanou housku. Vydlabaná jablíčka nádivkou naplníme, načež je přikryjeme seříznutým vrškem. Pak jablíčka vložíme do kastrolu na rozpálené máslo s usmaženou, drobně nakrájenou cibulkou, zalijeme je trochu vařící vodou, přikryjeme pokličkou a v troubě dusíme asi 10—15 minut. — Udušená jablíčka narovnáme na mísu, šťávu procedíme do kyselé smetany s moukou a zelenou petrželkou a necháme povařiti. Poté omáčku podáváme k jablíčkům. Také můžeme jablíčka připraviti bez smetany a mouky, jen posypaná parmezánským sýrem, houskou a pokapaná máslem.

Rozpočet pro 5 osob: 5 rajských jablíček. - *Nádivka:* 2 *dkg* másla - 2 *dkg* cibule - 10 *dkg* vepřového masa - 10 *dkg* telecího masa - sůl - 3 zrnka tluč. pepře - 1 vejce - 1 lžička polévky - 3 *dkg* strouhané housky - 3 *dkg* másla na dušení a 2 *dkg* cibulky. *Na omáčku:* ⅛ *l* kys. smetany - 1 *dkg* mouky nebo 2 *dkg* másla - 2 *dkg* housky - 1 *dkg* parmezánského sýra.

Plněná rajská jablíčka II.

Pěkná menší kulatá rajská jablíčka opereme a osušíme. Poté z nich seřízneme vršek, lžicí odstraníme opatrně šťávu a zrnka. V menším kastrole umícháme olej, ocet, sůl a pepř. Do umíchané směsi naložíme jablíčka a postavíme je do studena neb k ledu. Zvlášť si umícháme v misce žloutky, sůl a stále míchajíce přikapeme olej a citronovou šťávu. Do vzniklé majonézy přidáme zlehka hořčici, utřenou sardeli, usekané olejové sardinky, sekané kapary, zelenou petrželku, na tvrdo uvařené vejce a několik kapek Maggiho koření. Lehce promíchanou nádivkou naplníme naložená, dobře okapaná rajská jablíčka, povrch posypeme sekaným vařeným žloutkem a přiklopíme seříznutým vrškem. Na skleněnou mísu upravíme čistý sekaný aspik, do něho vkusně složíme naplněná jablíčka, ozdobíme je zelenou kadeřavou petrželkou a nakrájeným citronem. Takto upravená jablíčka podáváme jako předkrm, nebo je podáváme k večeři s nakrájeným chlebíčkem.

Rozpočet pro 5 osob: 10 kulatých rajských jablíček. *Směs:* 2 lžíce oleje - 6 lžic octa - sůl - na špičku nože pepře. - *Majonéza:* 2 žloutky - sůl - 6 lžic oleje - z ¼ citronu šťávy - ½ kávové lžičky hořčice - 1 sardele - 8 *dkg* olejových sardinek - ½ káv. lžičky sekaných kaparů - ½ káv. lžičky sekané zel. petrželky - 2 na tvrdo uvařená vejce (1 žloutek z uvařených vajec upotřebíme na posypání) a 8 kapek Maggiho koření - ⅛ *kg* tuhého aspiku - 1 citron a zelená petrželka na ozdobu.

Rajská jablíčka s vejci.

Pěkná, stejná a kulatá rajská jablíčka polijeme vařící vodou, za chvíli je oloupáme a pozorně je vydlabeme. Do vzniklého otvoru vložíme opatrně vcelku syrový žloutek, osolíme, opepříme a jablíčka složíme do vymazané ohnivzdorné formy (kastrolu). Ze zbylých bílků ušleháme tuhý sníh, lehce do něho přidáme strouhaný parmezánský sýr a tlučený pepř. Sníh upravíme na každé jablíčko, ohnivzdornou nádobu vložíme do mírně vyhřáté trouby a pečeme několik minut. Hotový pokrm i s nádobou upravíme na mísu vkusně ubrouskem vyloženou, ozdobíme petrželkou a podáváme.

Rozpočet pro 5 osob: 5 prostředně velkých kulatých jablíček - žloutků - sůl - pepř - 1 *dkg* másla na formu - z 5 bílků sníh, 2 *dkg* parm. sýra - málo pepře a soli.

Bramborové kotlety se šunkou.

Na vál si dáme ve slupce uvařené, oloupané, prolisované brambory, sůl, mouku, přidáme vejce a vše vypracujeme v těsto, do něhož pak zamícháme sekanou šunku nebo uzené maso. Z těsta děláme kotlety, obalíme je ve vejci nebo jenom v bílku a ve strouhané housce a na dobře rozpáleném sádle usmažíme kotlety do růžova.

Na míse je ozdobíme na plátky nakrájeným citronem, zel. petrželí a podáváme je jako předkrm s hlávkovým salátem nebo jako příkrm k zelenině. Do syrového těsta můžeme přidati na špičku nože kypřícího prášku.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* vařených brambor - 15 *dkg* mouky - 1 vejce - sůl - 15 *dkg* šunky - 1 vejce na obalení - 10 *dkg* housky - 12 *dkg* sádla - zelená petržel - citron.

Míšeninka na lasturkách.

Opraný telecí brzlík a mozeček očistíme tak, jak jest udáno při polévkách. Do kastrolu na rozpálené máslo vložíme kousek lehce opraného telecího masa, osolíme a chvíli dusíme, pak přidáme k němu telecí brzlík a zase chvíli dusíme, načež přidáme mozeček, podlijeme vodou a vše udusíme do měkka. — Zvlášť uvaříme si uzený vepřový jazýček, vložíme jej do studené vody a oloupaný nakrájíme na kostečky. Rovněž udušené telecí maso, brzlík a mozeček nakrájíme na kostečky. Z másla a mouky si připravíme světlou jíšku, zalijeme ji mlékem a šťávou z masa a povaříme. Do této studené omáčky zamícháme žloutky, sůl, bílý tlučený pepř a očištěnou utřenou sardeli. Pak přidáme nakrájené maso, podle chuti soli, citronové šťávy a bílého vína a míšeninku povaříme malou chvíli na plotně. Lasturky vymažeme sardelovým máslem, vysypeme strouhanou houskou, míšeninku do nich rozdělíme, povrchu je posypeme strouhaným parmezánským sýrem, pokapeme máslem, načež lasturky složíme na plech solí posypaný a pečeme je v troubě asi 8 minut. Potom je klademe na kulatou mísu ubrouskem vyloženou, ozdobíme kadeřavou petrželí a nakrájeným citronem. Míšeninku můžeme podávati též ve smažených košičkách (viz Příkrmy str. 208). (Plech solíme proto, aby lasturky nepopraskaly. Sůl uschováme a vždy na pečení lastur upotřebíme.)

Rozpočet pro 5—10 osob: 1 menší brzlík - ½ telecího mozečku - 12 *dkg* telecího masa - 1 vepřový malý uzený jazýček - 3 *dkg* másla na udušení - ze 4 *dkg* másla a 4 *dkg* mouky jíška na omáčku - ⅛ *l* mléka - šťáva z masa - 1/16 *l* bílého vína - sůl - 4 zrnka tluč. bílého pepře - 1—2 žloutky - 2 sardele - 2 *dkg* másla a 3 *dkg* housky na vysypání lasturek - 1 *kg* parmezánského sýra - 1 *dkg* rozpuštěného másla na polití.

Vaření raci.

Raky řádně vypereme, načež je vložíme do prudce vařící osolené vody s kmínem, pivem, zelenou petrželí a máslem a vaříme je 10 až

15 minut. Vařené raky podlijeme trochu polévkou, ve které se vařili, a dobře přikryté podáváme na stůl s čerstvým máslem na skleněné míse pěkně upraveným.

Rozpočet: Na 30 raků - špetka kmínu - ⅛ *l* piva - sůl - 2 *dkg* másla - zelená petržel - 15 *dkg* másla.

Nadívaní hlemýždi.

Hlemýždě čistě opereme, vložíme je asi na 6 minut do vařící vody. Pak s nich vodu slijeme, jehlou (na protahování slaniny) z domečků opatrně vyndáme, měkké části odkrojíme, tvrdou část tělíčka dáme na talíř a vypereme dobře se solí ve vlažné vodě. Vypraná tělíčka dáme do kastrolku, nalijeme na ně málo osolenou hovězí polévku, přidáme nakrájený celer, petržel (kořínek) a vaříme je 2—3 hodiny, až jsou měkké. Mezitím vypereme ulity, omyjeme je solí a s kouskem sody je vyvaříme, aby byly čisté. Voda se vymění a znovu se chvíli vaří. Potom je ve studené vodě opláchneme, vodu s nich opatrně slijeme a dáme na síto okapat. Zatím si namočíme sardele do mléka na ½ hodiny, aby měly jemnější chuť, a připravíme si nádivku. V míse si umícháme máslo, přidáme do něho sardele zbavené kostí, utřené a prolisované, v mléce namočenou, prolisovanou housku, žloutek, vejce, strouhanou cibulku nebo podle libosti i česnek, tluč. pepř, květ, citronovou kůru, sekanou zelenou petrželku. Vařené hlemýždě scedíme a polévku uschováme. Pak naplníme ulity, a to tak, že nejdříve do ulity nalejeme lžičku polévky, potom dáme kousek nádivky, vařeného hlemýždě, opět nádivku, povrch obalíme ve strouhané housce a tak naplníme všechny ulity. (Také se mohou usekaní hlemýždi zamíchati do nádivky.) Naplněné ulity urovnáme na pánev s rozpuštěným máslem a pečeme je v horké troubě asi 10 minut, aby pěkně zčervenaly. Potom je urovnáme na mísu vkusně ubrouskem vyloženou a ozdobíme petrželkou. (Hlemýždi jedí se jen v zimě, zvláště o vánocích.)

Rozpočet: Na 30 hlemýžďů - malý kousek celeru a kořen petržele - 8 *dkg* sardelí - ⅛ *l* mléka - 20 *dkg* másla - 5 *dkg* housky - 2 lžíce mléka - 1 žloutek - 1 vejce - 2 *dkg* cibule (strouhané) nebo ½ malého stroužku česneku - 3 zrnka pepře - na špičku nože tluč. květu - citr. kůra - zel. sekaná petrželka - 5 *dkg* strouhané housky - 3 *dkg* másla na pánev.

Napodobené sluči vnitřnosti.

Kozlečí plíce a srdce uvaříme do měkka. Játra a syrový mozeček utřeme obráceným nožem na jemnou kaši. V kastrole usmažíme na rozpáleném másle jemně nakrájenou cibulku, nejlépe cibulku šalotku. Pak jemně usekáme uvařené plíce a srdce, vše vložíme s utřenými játry a mozečkem do cibulky, osolíme, opepříme, přidáme špetičku strouhaného muškátového oříšku, strouhanou citronovou kůru, míšeninku promícháme a malou chvíli podusíme na plotně. Potom přimícháme žloutek, podle chuti míšeninku okyselíme citronovou šťávou a potíráme jí housky na kolečka nakrájené a na másle trochu osmažené. Na každou potřenou housku položíme koláček vajíčka uvařeného na tvrdo a ozdobíme je zelenou kadeřavou petrželkou. Tento

pokrm hodí se jako předkrm, ale též můžeme jej podávati k večeři s hlávkovým salátem.

Rozpočet pro 5 osob: jeden kozlečí kořínek (t. j. plíce, srdce, játra a mozeček z hlavičky) - 3 *dkg* másla - 4 *dkg* cibule (šalotky) - sůl - 4 *zrnka* tluč. pepře - na špičku nože muškátového oříšku - 2 cm^2 citronové kůry - 1 syrový žloutek - z ½ citronu šťáva - 2 *dkg* másla - 5 housek (žemlí) - 3 vejce na tvrdo uvařená - zelená kadeřavá petržel.

Smažená žabí stehýnka.

Žabí stehýnka stáhneme, dobře vypraná osolíme a necháme asi 10 minut odležeti. Potom je napícháme na dřevěné špejle vždy dvě nebo čtyři k sobě, osušíme utěrkou, obalíme v mouce, vejci, ve strouhané housce a usmažíme je do červena v rozpáleném másle. Pak vytáhneme špejle, stehýnka složíme na mísu a ozdobíme nakrájeným citronem a zel. petrželí. U nás se požívají obyčejně jen časně z jara před oplodňováním vajíček. Francouzi zvláště rádi požívají žáby na podzim, kdy jsou nejtučnější a nejchutnější. Velmi chutné jsou s dušeným špenátem.

Rozpočet pro 5 osob: Na ½ kopy stehýnek - sůl - 6 *dkg* mouky - 2 vejce - 15 *dkg* housky - 20 *dkg* převařeného másla.

Salmy z koroptví.

Očištěné koroptve osolíme, protáhneme slaninou a dáme dusit na nakrájenou zeleninu, usmaženou na slanině a másle. Při dušení podléváme koroptve vařící vodou a poléváme šťávou a vínem. Měkké koroptve vyndáme, opatrně odřízneme maso na prsíčkách, uschováme zatím na teplém místě, šťávou trochu zalité. Ostatní maso z koroptví usekáme, v hmoždíři utlučeme aneb na strojku umeleme a ještě sítem prolisujeme. (Do masa můžeme přidati usmaženou žemli.) Prolisované maso se žemlí dáme do kastrolu, přidáme trochu vína, kyselé smetany, sůl, bílý pepř a vše dáme na plotnu zasmahnouti. Míšenina musí býti přiměřeně hustá. — Koroptví prsíčka nakrájíme na tenké plátky, upravíme doprostřed mísy a hotové salmy klademe lžicí kolem. Maso polijeme šťávou a kolem upravíme máslové paštičky, viz str. 301.

Rozpočet na 1 koroptev: sůl - 3 *dkg* slaniny - koření - půl celeru - 1 petržel - 1 mrkev - 1 *dkg* slaniny - 3 *dkg* másla - ⅛ *l* mléka - ⅛ *l* vína - 1 žemle - 1 *dkg* másla na usmaž. žemle - 2 lžíce červ. vína - 2 lžíce kys. smetany - bílý pepř.

Salmy z holubů.

Holuby očistíme, vykucháme a protáhneme na nudličky nakrájenou, osolenou slaninou, V kastrole si rozpustíme máslo a na kostečky nakrájené zbytky slaniny a usmažíme v něm na listky nakrájenou mrkev, celer, petržel, cibuli, celý pepř, bobkový list a tymián. Pak tam přidáme opraná, blány zbavená telecí játra a holuby, vše chvíli dusíme, načež přidáme k tomu menší husí játra, zalijeme polévkou a udusíme do měkka. Pak holuby vyndáme, odřízneme prsíčka od kosti, ostatní maso zbavíme kosti a s játry, se zeleninou a šťávou utlučeme v hmoždíři a sítem prolisujeme. Potom dáme kašovinu do kastrolu,

přidáme do ní strouhanou housku, 2 lžíce červeného nebo madeirského vína, trochu paštikového koření, a je-li třeba, trochu polévky, načež kašovinu dusíme asi 10 minut. Pak ji urovnáme na kulatou mísu, na ni položíme úhledně prsíčka holubů, kolem ji ozdobíme půlměsíčky z máslového těsta (viz Moučníky, str. 302), zelenou petrželí a nakrájeným citronem. Salmy mohou se též podávati v lasturách nebo ve smažených košíčkách.

Rozpočet pro 5 osob: 3 holoubata - 8 *dkg* slaniny - 3 *dkg* másla - 10 *dkg* zeleniny - 3 *dkg* cibule - 3 zrnka pepře - bobkový list - tymián - 20 *dkg* telecích jater - 1 husí játra - 3 *dkg* strouhané housky - sůl - 2 lžíce červeného kyselého vína - na špičku nože paštikového koření - zelená petrželka a citron na ozdobu.

Mozeček v koflících.

Telecí mozeček polijeme vlažnou vodou a odblaníme. V osolené vodě povaříme nakrájenou zeleninu, celý pepř, načež do povařeného odvaru dáme mozeček a povaříme. Z másla a mouky si upražíme světlou jíšku, zředíme ji ohřátým mlékem a povaříme. (Takto připravená omáčka se jmenuje beschamel.) Povařenou omáčku, stále míchajíce, necháme vychladnouti. Poté do ní zamícháme žloutky jeden po druhém, jemně ustrouhanou cibuli, sůl, pepř, prolisovaný mozeček a naposled přidáme lehce tuhý sníh z bílků. Malé koflíčky neb ohnivzdorné nádobky aneb lasturky vymažeme syrovým máslem, směs do nich upravíme, povrchu posypeme parmezánským sýrem a nádobky složíme na osolený plech, aby nepopraskaly, a pečeme v dobře vyhřáté troubě 5—10 minut.

Pečené mozečky upravíme v nádobkách na mísu ubrouskem vyloženou, ozdobíme zelenou petrželkou a horké podáváme.

Rozpočet pro 5 osob: 25 *dkg* telecího mozečku - sůl - 5 *dkg* zeleniny (celer, mrkev, petržel) - 5 zrnek pepře. - *Jíška:* 3 *dkg* másla - 3 *dkg* mouky - ⅛ *l* mléka - 2 *dkg* cibule - 2 žloutky a ze 2 bílků sníh - 2 *dkg* másla na nádobky - 1 *dkg* parmezánského sýra - kadeřavá petržel na ozdobu.

Bramborové omelety s míšeninkou.

Ve slupce uvařené brambory oloupeme, prolisujeme na vál, přidáme do nich mouku, krupici, sůl, a když prochladnou, přilijeme vejce a vypracujeme těsto, které rozdělíme na deset stejných kousků. Každý vyválíme na pomoučeném vále na tenkou kulatou omeletku, potřeme ji máslem, pak připravenou míšeninkou neb sekaným vařeným uzeným masem. Dvě protější strany poněkud přehneme, aby nádivka nevytekla, a celou omeletu zatočíme. Pak je namáčíme v rozšlehaných bílcích neb vajíčku, obalíme strouhanou houskou, kterou dobře přitlačíme, a usmažíme je v dobře rozpáleném sádle neb převařeném másle do červena. Omeletky upravíme na mísu, ozdobíme je zelenou petrželkou a podáváme k nim dušený špenát nebo dušenou mrkev s kapustou.

Míšeninka: Telecí maso otřeme utěrkou, osolíme, vložíme na zasmaženou cibulku a dusíme. Při dušení je podléváme trochu vodou. Měkké maso usekáme, dáme zpět do šťávy, v níž se dusilo, přidáme k němu vařené, sekané uzené maso, zaprášíme je moukou a podusíme.

Pak přidáme vejce, pepř a míšeninku dobře zamícháme. Prochladlou nádivkou potíráme omeletky. Tuto nádivku můžeme připraviti i ze zbytků telecí pečeně.

Rozpočet pro 5 osob: 40 *dkg* brambor - sůl - 15 *dkg* mouky - 3 *dkg* krupice - 2 vejce - 2 *dkg* másla - 1 vejce neb 2 bílky na obalení - 10 *dkg* housky - 12 *dkg* sádla. *Míšeninka:* 2 *dkg* cibulky - 3 *dkg* másla - 50 *dkg* telecího masa - 5 *dkg* uzeného masa - 1 *dkg* mouky - 1 vejce - sůl - pepř - zelená petrželka.

Piškotový závitek s masovou nádivkou.

Z pěkných, čerstvých bílků ušleháme tuhý sníh, načež do něho zamícháme žloutky, sůl a krupičkovou mouku, do které jsme lehce prosály kypřicí prášek. Lehce promíchané těsto rozetřeme na plech potřený syrovým máslem a vysypaný moukou a upečeme je rychle v troubě do růžova. Pečené těsto potřeme masovou nádivkou, zatočíme na závin, zatížíme lehčím prkénkem a dáme uležeti asi na 4 hodiny. Potom závin nakrájíme a podáváme jej s hlávkovým neb okurkovým salátem. Pokrm podáváme studený jako předkrm nebo též k večeři.

Nádivka: Vepřové maso lehce opereme, osolíme, dáme do pekáče, podlijeme málo vodou a upečeme do měkka. Při pečení maso obrátíme, podle potřeby podlijeme a polijeme. Studené upečené maso umeleme na masovém strojku, přidáme syrové vejce, sůl, tluč. pepř, strouhaný zázvor, hořčici, na tvrdo uvařené a usekané vejce. Nádivku promícháme, rozetřeme ji na upečené těsto, posypeme ještě sekaným vařeným uzeným masem a jemně usekanou kyselou okurkou neb kapary, zatočíme a zatížíme.

Rozpočet pro 5 osob: 4 bílky - 3 žloutky - sůl - 7 *dkg* krupič. mouky (3 lžíce) - kávová lžíce kypřícího prášku (Oetkerův) - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* krupičkové mouky na plech.

Rozpočet nádivky: 50 *dkg* vepřového masa (ramének) - sůl - 1 syrové vejce - na špičku nože tlučeného pepře a strouhaného zázvoru - kávovou lžičku francouzské hořčice - 1 vejce na tvrdo uvařené - 6 *dkg* uzeného vařeného masa - 1 kyselá menší okurka neb ½ *dkg* kaparů.

Plněné omelety.

Podle uvedeného rozpočtu připravíme omeletové těsto jako v předpise na omeletový puding (str. 68), načež z něho na obou stranách upečeme tenké omelety na rozpálené pánvi, vymazané máslem neb sádlem.

Upečené omelety potřeme připravenou směsí, zatočíme je, pokapeme máslem a horké podáváme. Omelety podáváme jako předkrm nebo jako samostatný pokrm k večeři s dušenou zeleninou.

Směs na potírání omelet: Uvařené uzené maso nakrájíme na stejné kostečky a zamícháme je do udušené rýže, přidáme vařený, na růžičky rozebraný květák, uvařený zelený hrášek, na másle udušené hříbky, osolíme, opepříme, promícháme a směsí potíráme upečené omelety.

Rozpočet pro 5 osob: Omelety: 26 *dkg* mouky - sůl - ½ *l* mléka - 2 vejce - 4 *dkg* másla neb sádla na pánev. *Směs:* 15 *dkg* uzeného masa - 15 *dkg* rýže -

2 *dkg* másla na udušení rýže - 1 malý květák - 10 *dkg* zeleného hrášku - 3 hříbky (10 *dkg*) - 1 *dkg* másla na udušení hřibů - sůl - tlučený pepř.

Šunkové omelety.

Z mouky, soli, mléka a celých vajec si umícháme řídké těsto. Potom upečeme z těsta tenké omelety. Z rozpuštěného másla a mouky si připravíme světležlutou jíšku, zředíme ji mlékem nebo smetanou tak, aby z toho vznikla hustá omáčka, stále opatrně míchajíce přilijeme žloutky, sůl a dáme vychladnouti. Studenou omáčku rozetřeme na omelety, poklademe plátky šunky, posypeme strouh. parmezánským sýrem, okraje přeložíme, každou omeletu zatočíme, načež obalíme omelety v rozšlehaných bílcích nebo vajíčku, ve strouhané housce a usmažíme je v rozpáleném másle nebo sádle do zlatova. Pak omelety podáváme na míse vyložené ubrouskem, ozdobené citronem a zel. petrželkou. Mohou se též připraviti s dušeným mozečkem, který se do husté omáčky zamíchá. Omelety podávaji se též jako samostatný pokrm s dušenou zeleninou nebo hrachovou kaší. Tyto omelety mohou se naplniti také pouze masovou nádivkou (haší z kozlečího kořínku) a zatočené hned podávati se zeleninou, salátem a pod. (Ale také se mohou obalené osmažiti.)

Masová nádivka. Do drobně nakrájené, na másle usmažené cibulky vložíme uvařený, usekaný kozleči kořínek (plíce, jazyk, srdce, játra, mozeček), smažíme malou chvíli, pak přidáme sůl, tluč. pepř, sekanou zel. petrželku, vajíčko a podle potřeby strouhanou housku.

Rozpočet pro 5 osob: *na omelety:* $\frac{1}{8}$ *kg* mouky - sůl - $\frac{1}{4}$ *l* mléka - 2 vejce - 6 *dkg* másla - 25 *dkg* šunky - 1 *dkg* parmez. sýra. - *Omáčka:* 3 *dkg* másla - 3 *dkg* mouky - $\frac{3}{16}$ *l* sladké smetany - 2 žloutky - 2 bílky na obalení a 12 *dkg* housky - 20 *dkg* sádla nebo 20 *dkg* převařeného másla - citron a zelená petrželka na ozdobu. - Místo šunky 1 telecí mozeček. Jak se máslo převařuje, viz str. 251.

Švýcarská omeleta.

V hrnečku šleháme ½ hod. smetanu, žloutky, sůl, sekanou pažitku a mouku. Do ušlehaného přidáme z bílku tuhý sníh. Ohřátou omeletovou pánev vymažeme rozpuštěným máslem, směs na ni nalijeme a pečeme v troubě 6—10 minut. Upečenou potřeme dušenými houbami a rychle ji sbalíme. Hned podáváme.

Rozpočet pro 5 osob: 4 žloutky - sůl - $\frac{1}{8}$ *l* smetany - 2 *dkg* mouky - pažitka - 4 bílky. - *Na dušení hub:* 2 *dkg* másla - 3 hřiby - kmín - sůl - zelená petržel - 3 zrnka pepře - 1 vejce - 2 *dkg* másla na omeletní pánev.

Plněné máslové taštičky.

Připravíme si máslové těsto takto: hladkou mouku rozdělíme na tři díly. Na máslové těsto spojíme jeden díl mouky s dobře propraným osušeným (utěrkou) máslem v těsto a dáme do studena ztuhnouti. Do druhých dvou dílů mouky dáme špetku soli, žloutky, vlažnou vodu, citronovou šťávu a vypracujeme těsto jako na jablkový

závin. Pak těsto rozválíme na pomoučeném vále, máslové těsto na něj položíme, zabalíme a dohromady rozválíme na obdélník. Poté mouku smeteme smetáčkem, po délce těsto složíme na třikrát a dáme do studena odpočinouti. Za 15 minut těsto znova rozválíme, složíme a dáme opět 15 minut odpočinouti. Po třetí těsto vyválíme asi na 4 *mm* silně, nakrájíme čtverečky, plníme je masovou nádivkou, kolem je pomažeme žloutky, přehneme a vykrojíme taštičky. Naplněné taštičky složíme na studenou vodou opláchnutý plech, povrchu je opatrně potřeme žloutkem a v horké troubě je rychle do růžova upečeme. Horké upravíme na plochou kulatou mísu a kolem dáme dušenou zeleninu. (Špenát, brukev a pod.)

Nádivka: V kastrole na másle neb rozkrájené rozehřáté slanině usmažíme si cibulku, přidáme telecí maso, osolíme, opečeme, pak zalijeme vařící vodou a v troubě dusíme, až poněkud změkne. Pak přidáme husí játra a dusíme ještě 10—15 minut. Zvlášť si upravíme světle žlutou jíšku, zalijeme ji šťávou z dušeného masa, přidáme rozsekané maso, tluč. pepř a na plotně mícháme, až nádivka zhoustne. (Do nádivky můžeme přidati utřenou sardeli.) Vychladlou nádivkou plníme taštičky.

Rozpočet na těsto pro 5 osob: 15 *dkg* másla - 15 *dkg* pěkné hladké mouky - 1 žloutek - sůl - 2 lžíce citr. šťávy - asi 3 lžíce vlahé vody - 1 žloutek na potření. *Nádivka:* 4 *dkg* slaniny - 1 *dkg* cibule - 20 *dkg* telecího masa - 10 *dkg* husích jater. *Jíška:* 1 ½ *dkg* másla - 1 ½ *dkg* mouky - 1 sardelka.

Koblížky z páleného těsta se sýrovým krémem.

Studenou vodu, syrové máslo a na špičku nože soli přivedeme k varu. Poté přisypeme mouku a na plotně vypracujeme těsto, které se nechytá ani kastrolku, ani vařečky, a dáme vychladnouti. Pak přimícháme celá vajíčka jedno po druhém. Umíchané těsto dáme do sáčku s trubičkou a na pomazaný plech vytlačíme malé koblížky. Povrchu je potřeme lehce žloutkem a v horké troubě upečeme. Při pečení koblížek dáme do trouby hrneček s vodou, aby se tvořilo více páry a koblížky byly kypřejší. Pečené koblížky hned rozřízneme a dáme vychladnouti. Pak je naplníme sýrovým krémem a podáváme.

Krém: Z másla a mouky upravíme si světležlutou jíšku, zředíme ji mlékem na hustou omáčku (bechamel) a povaříme. Do vzniklé horké omáčky zamícháme žloutky, sůl, tluč. bílý pepř, strouhaný ementálský neb parmezánský sýr. Do úplně studeného krému zamícháme šlehanou smetanu.

Rozpočet pro 5 osob: ¼ *l* vody - 10 *dkg* másla - sůl - 20 *dkg* mouky - 5 vajec - ½ žloutku na potření - 1 *dkg* másla na potření plechu. *Krém:* 3 *dkg* másla - 2 *dkg* krup. mouky - ⅛ *l* mléka - sůl - 3 *dkg* ementálského nebo parmezánského sýra - 1 ½ žloutku - 4 zrnka tlučeného bílého pepře - 2 *lžíce* šlehané smetany.

Ragout v máslovém věnci.

Máslový věnec. Hladkou mouku prosijeme na vál a rozdělíme ji na tři díly. Do jednoho dílu rozsekáme máslo (dříve dobře ve vodě vyprané), zpracujeme rychle v těsto, poněkud vyválíme a dáme do chladu ztuhnouti. Do ostatní mouky uděláme důlek, dáme špetku

soli, trochu vlahé vody, bílé víno nebo citronovou šťávu, žloutky (řídké těsto) a hněteme tak dlouho, až se nám těsto ani ruky, ani válu nechytá a je hladké a lesklé, což trvá ¼ hod. Vypracované těsto přikryjeme vlahým kastrolem a dáme 15 minut odpočinouti. Pak rozválíme odpočinuté těsto moučné na čtverec, do kterého zabalíme máslové těsto, které musí býti přikryto stejnou vrstvou moučného těsta, a oba díly společně rozválíme na obdélník. Poté mouku svrchu ometeme (malým smetáčkem na mouku), těsto na čtyřikrát složíme, zabalíme do suchého, pak do vlhkého ubrousku a dáme do chladu ztuhnouti. Za půl hodiny těsto rozválíme na obdélník, znovu složíme a dáme do studena na ½ hodiny. To se ještě jednou opakuje. Po čtvrté rozválíme těsto na ¾ *cm* silné, podle mísy vykrojíme kotouč, dle menší formy z něho kolečko tak, aby zůstal věnec pěkně vykrojený. Z vykrojeného kolečka vykrájíme zvláštním tvořítkem hvězdičky. Věnec i hvězdičky složíme na suchý plech, potřeme vše rozmíchaným vajíčkem a upečeme v prudké troubě do růžova. Upečený věnec položíme na kulatou mísu, hvězdičky na něj přilepíme bílkem, doprostřed vložíme připravené ragoût, kolem ozdobíme věnec zeleným hráškem, chřestovými hlavičkami, uvařeným květákem a zelenou petrželí.

Rozpočet pro 5—10 osob: Skládané těsto na věnec: 28 *dkg* hladké mouky - 28 *dkg* dobrého másla (ne drobivé) - asi 5 lžic vody - 1 lžíce bílého přírodního vína nebo citr. šťávy nebo octa - 2 žloutky - špetka soli - 1 vejce na potření a 10 *dkg* mouky na vál.

Ragoût. Očištěné, vykuchané kuře rozdělíme na čtyři díly a osolíme. Telecí maso z kýty opereme a osolíme. V kastrole si usmažíme na másle na kolečka nakrájenou zeleninu a cibuli, do ní vložíme připravené kuře a telecí maso, vše zalijeme polévkou z kostí a udusíme do měkka. Z másla a mouky si připravíme jíšku, zředíme ji odvarem masa na hustou omáčku a dáme vychladnouti. Potom zamícháme do omáčky žloutky, sůl, tluč. bílý pepř, na másle udušené hříbky nebo pečárky, kostí zbavené, na kostečky nakrájené kuře a telecí maso, potom dle chuti osolíme, zalijeme bílým vínem, citr. šťávou a dáme na několik minut povařiti. Pak upravíme ragoût do upečeného věnce.

Rozpočet pro 5—10 osob: 1 kuře - 25 *dkg* telecího masa - sůl - 5 *dkg* másla - 12 *dkg* zeleniny (celer, mrkev, petržel) - 5 *dkg* cibule - 5 zrnek bílého pepře - 6 *dkg* másla - 5 *dkg* mouky - 2 žloutky - 10 *dkg* hříbků nebo pečárek - 2 *dkg* másla na udušení - $^{1}/_{16}$ *l* vína - z ½ citronu šťávy - 1 květák - 15 *dkg* chřestu a 15 *dkg* zeleného, vařeného, osoleného hrášku nebo konservovaného na zdobení.

Játrový puding.

Na rozpuštěném másle si upravíme drobně sekanou cibulku. Odblaněná telecí játra umeleme, přidáme k nim nakrájenou, na drobné kostečky rozehřátou slaninu, strouhanou housku, rozetřené sardele, smetanu, žloutky, sůl, bílý tlučený pepř, na špičku nože květu a usmaženou cibulku. Směs dobře umícháme, načež do ní přidáme lehce z bílků tuhý sníh. Formu na puding vymažeme sádlem, vysypeme houskou, směs do ní nalijeme a vaříme v páře 1¼ hodiny.

Rozpočet pro 5 osob: 5 *dkg* másla - 3 *dkg* cibulky - 25 *dkg* jater - 5 *dkg* nakrájené slaniny - 5 *dkg* strouhané housky - 2 sardele - ⅛ *l* smetany - 3 žloutky - sůl - pepř - na špičku nože květu a ze 3 bílků sníh - 2 *dkg* sádla - 3 *dkg* housky na formu.

Jemný puding z telecího masa.

Telecí maso otřeme utěrkou, nakrájíme na kousky a umeleme je na masovém strojku. Poté do něho přidáme v mléce namočené, vymačkané, na strojku umleté housky, jemně usekanou neb ustrouhanou, na másle usmaženou cibulku, na kostečky nakrájenou, ohřátou slaninu, sůl, tlučený pepř, nové koření, květ, zázvor, kypřicí prášek a syrová vajíčka. Hmotu dobře promícháme a vložíme ji do máslem vymazané a strouhanou houskou vysypané pudingové formy, uzavřeme ji poklicí, načež formu vložíme do hrnce s vařící vodou, která musí sahati do ¼ formy, a puding vaříme v páře 1¼ hodiny. Pak jej vyklopíme a horký podáváme s ovocným kompotem.

Rozpočet pro 5 osob: 25 *dkg* telecího masa z kýty nebo plecka - 15 *dkg* housky (3 žemle) - ¼ *l* mléka - 3 *dkg* cibule - 1 *dkg* másla - 6 *dkg* slaniny - sůl - čajová lžička koření - na špičku nože kypřícího prášku (Oetkerův) - 2 syrová vajíčka - 2 *dkg* másla a 3 *dkg* strouh. housky na formu.

Mozečkový puding.

Na rozpáleném másle usmažíme cibulku, přidáme do ní připravený mozeček (jak jest popsaný při mozečkové polévce), udusíme jej, osolíme a dáme vychladnouti. Zatím si umícháme máslo se solí, přidáme žloutky, studené mléko, strouhanou housku, přimícháme studený mozeček, podle chuti opepříme, načež zamícháme zlehka sníh z bílků. Puding nalijeme do máslem vymazané a houskou vysypané formy a vaříme v páře 1 hodinu. Podáváme se špenátem.

Rozpočet pro 5 osob: malá forma: 3 *dkg* másla - 2 *dkg* cibulky - 25 *dkg* telecího mozečku - sůl - 3 *dkg* másla - 3 žloutky - 3 lžíce mléka - 5 *dkg* housky - tlučený bílý pepř a ze 3 bílků sníh - 2 *dkg* másla a 3 *dkg* housky na vymazání formy.

Omeletový puding.

Do hrnce připravíme mouku a sůl, přilijeme do ní stále míchajíce syrové mléko s umíchanými vejci a rozpuštěným máslem neb sádlem a těsto dobře umícháme. Potom z něho upečeme na rozpálené pánvi máslem vymazané asi 12 tenkých omeletek. Ubrousek namočíme do studené vody, dobře jej vyždímáme, položíme na talíř a potřeme rozpuštěným máslem. Pak dáme na něj omeletku, potřeme ji částí míšeninky, přidáme druhou omeletku, opět ji potřeme míšeninkou a tak pokračujeme, až jsou omelety naplněny. Poté ubrousek nad poslední suchou omeletou zavážeme motouzem a takto upravený puding vložíme do vařící vody a vaříme 1 hodinu. Uvařený puding zbavíme ubrousku, dáme jej na mísu, rozkrájíme na 5 i více dílů, pokapeme rozpáleným máslem a podáváme jako předkrm nebo jako samostatný pokrm s udušeným špenátem. Tento puding můžeme místo míšeninkou naplniti upraveným špenátem (viz úpravu špenátu, str. 223).

Přípravu a rozpočet míšeninky viz Bramborové omelety s míšeninkou (str. 63).

Rozpočet na omeletové těsto pro 5 osob: (12 omelet) 37 *dkg* hladké i krupičné mouky dohromady - sůl - ¾ *l* mléka - 2 vejce - 1 *dkg* sádla neb 2 *dkg* másla - 5 *dkg* másla na pánev - 2 *dkg* másla na polití.

Makaronový nákyp.

Makarony povaříme ve slané vodě 20 až 25 minut. Pak je nakrájíme na drobné kousky, zamícháme do nich čerstvé máslo, sekané, vařené uzené maso, sůl, žloutky a z bílků sníh. Těsto vložíme do máslem vymazaného a houskou vysypaného kastrolu a pečeme v troubě ¾ hodiny. Vyklopený nákyp posypeme strouhaným parmezánským neb ementálským sýrem a hned podáváme.

Rozpočet pro 5 osob: 25 *dkg* makaronů - 3 *dkg* másla - 25 *dkg* uzeného hodně tučného uvařeného masa - 3 žloutky - sůl - ze 3 bílků sníh - 2 *dkg* parmezánského neb 3 *dkg* ementálského sýra - 4 *dkg* másla a 3 *dkg* housky na formu.

Mozečkové chrupinky (baveuses).

Na rozpáleném másle si usmažíme cibulku, do ní dáme očištěný mozeček, sůl, pepř, vejce a vše udusíme. Studeným mozečkem potřeme ostrouhané, na lístky nakrájené housky, vždy dva lístky spojíme potřenou stranou, namočíme je v rozšlehaném vajíčku nebo v mléce, obalíme strouhanou houskou a usmažíme v rozpáleném másle nebo sádle do zlatova. Podáváme je horké s dušenou zeleninou nebo s hlávkovým salátem.

Rozpočet pro 5 osob: 2 *dkg* másla - 2 *dkg* cibule - 1 vepřový mozeček - 1 vejce - sůl - pepř - 5 housek - ¾ *l* mléka nebo 1 vajíčko - 8 *dkg* strouh. housky a ostrouhaná houska z nakrájených housek - 15 *dkg* sádla nebo převař. másla.

Rýžový puding.

Libové uzené maso vložíme do vařící vody a uvaříme je do měkka. Potom je usekáme na kostečky. Skelnou, přebranou, spařenou rýži dáme do kastrolu, zalijeme ji polévkou z uzeného masa, přikryjeme poklicí a udusíme v troubě do měkka. Zvlášť uvaříme na tvrdo vejce a oprané brambory ve slupce. Uvařená vejce i měkké, oloupané brambory nakrájíme na koláčky. Jemně nakrájenou cibuli usmažíme na másle do růžova. Do studené, udušené rýže zamícháme dobře syrové vejce.

Pudingovou formu nebo kamenný hrnec vymažeme dobře syrovým máslem neb sádlem a na ně upravíme sekané uzené maso do podoby hvězdiček. Na dně dáme vrstvu rýže, posypeme ji uzeným masem, poté upravíme vrstvu brambor, osolíme je, posypeme je smaženou cibulkou a pokropíme lžičkou másla neb sádla. Na brambory dáme kolečka vajec, malounko je osolíme, dáme opět vrstvu rýže, uzené maso atd. Navrchu musí býti vrstva rýže. Formu uzavřeme (nebo hrnek přikryjeme dobře přiléhající pokličkou a ovážeme jej pergamenovým papírem) a puding vaříme v páře 1 hodinu. Uvařený puding vyklopíme a podáváme jako samostatný pokrm s kompotem.

Rozpočet pro 5 osob: ⅜ *kg* uzeného masa - 25 *dkg* rýže - ¾ *kg* brambor - 3 vejce - 1 syrové vejce do rýže - 5 *dkg* cibule - 2 *dkg* másla na usmažení - 5 *dkg* másla neb sádla na vymazání formy neb hrnce - 5 *dkg* másla neb sádla na polití brambor.

STUDENÉ PŘEDKRMY.

PAŠTIKY.

Paštika z husích jater.

Pěkná husí játra z krmené husy namočíme do zředěného mléka. Pak s nich odstraníme blánu, třetinu jich nakrájíme na lístky, které protáhneme na nudličky nakrájeným lanýžem, slaninou, osolíme je a opepříme. Druhé dvě třetiny jater prolisujeme zároveň s malým kouskem utřené slaniny. Pak k prolisované kaši přidáme paštikové koření, tlučený bílý pepř, sůl, syrové žloutky, víno madeira nebo rum. Porcelánovou formu na paštiku vyložíme tenkými lístky ze slaniny, na dno formy na slaninu dáme vrstvu prolisované kaše, na ni položíme slaninou a lanýži protažená játra, opět přidáme prolisovanou kaši atd., až je nádoba do tří čtvrtin naplněná. Navrchu musí býti kašovina, kterou přikryjeme rovněž tence nakrájenou slaninou, formu přiklopíme pokličkou, povážeme pergamenem a motouzem a paštiku vaříme v páře dvě hodiny. Potom ji odklopíme, vodu s ní slijeme a paštiku dáme do studena ztuhnouti. Když ztuhla, vyklopíme ji, ostrým nožem nakrájíme na plátky, složíme je úhledně na mísu, ozdobíme sekaným aspikem, zelenou petrželí a citronem.

Rozpočet pro 5—10 osob: 50 *dkg* husích jater - ⅛ *l* mléka a ⅛ *l* vody na namočení jater - 3 *dkg* slaniny - 1 kousek lanýže - sůl - 2 *dkg* slaniny - 5 zrneček bílého pepře - na špičku nože paštikového koření - 2 žloutky - 1 lžíce madeirského vína nebo dobrého rumu - 25 *dkg* slaniny na formu.

Paštika z telecích jater.

Vepřové maso z kýty a telecí maso z kýty rychle opereme a chvíli dusíme na rozpuštěné, na kousky nakrájené slanině a usmažené cibuli. Po chvíli podlijeme masa horkou vodou a udusíme je do měkka. v jiném kastrole udusíme tímtéž způsobem na lístky nakrájená telecí játra (dříve vypraná ve zředěném mléce a odblaněná). Pak umeleme dvakrát až třikrát játra, na kostečky nakrájené maso, ve víně namočenou housku a malý kousek slaniny. Umletou kašovinu utlučeme ve hmoždíři a prolisujeme žíněným sítem. Pak do ní zamícháme vejce, madeirské víno nebo rum, na špičku nože paštikového koření, tlučený bílý pepř, sůl a na jemné nudličky nakrájený lanýž, načež kašovinu dobře promícháme. Podlouhlou plechovou formu vyložíme slaninovými lístky, naplníme ji kašovinou, přikryjeme rovněž nakrájenou slaninou, povrchu přikryjeme vodou navlhčeným pergamenem, který přivážeme motouzem, a paštiku pečeme

1 hodinu v páře v troubě. Upečenou paštiku dáme do druhého dne do studena ztuhnouti, pak ji nakrájíme, složíme úhledně na mísu, ozdobíme aspikem, zelenou kadeřavou petrželkou a růžičkami z másla.

Paštiku pečeme v páře tak, že vložíme formu s paštikou do nádoby s vařící vodou, vše dáme do trouby a pečeme.

Tato paštika se může připraviti právě tak jako paštika z husích jater. Porcelánová nádoba naplněná paštikou a přiklopená poklicí se vloží do hrnce s vařící vodou, který se rovněž poklicí přikryje a paštika se vaří na plotně v páře.

Rozpočet pro 5—10 osob: 25 *dkg* telecího masa - 25 *dkg* vepřového masa - 75 *dkg* telecích jater - ⅛ *l* mléka - ⅛ *l* vody - 5 *dkg* housky - 3 lžíce bílého vína - 15 *dkg* slaniny - 4 *dkg* cibule - 4 vejce - lanýž - sůl - 4 zrnka pepře - na špičku nože paštikového koření - 2 lžíce madeirského vína nebo rumu - 25 *dkg* slaniny na vyložení formy.

Paštika z vepřových neb telecích jater.

Syrová, odblaněná vepřová nebo telecí játra, vařené brambory, na sádle usmaženou cibuli umeleme dvakrát na masovém stroji. Pak je sítem prolisujeme, načež přidáme vejce, rozpuštěné sádlo, kousek sekané slaniny, tlučený bílý pepř, sůl, na špičku nože paštikového koření a utřenou sardeli. Vše dobře umícháme, vložíme do porcelánového, máslem nebo sádlem vymazaného hrnku, převážeme pergamenovým papírem a paštiku vaříme v páře na plotně 2 hodiny. Uvařenou vyklopíme a úplně studenou nakrájíme.

Rozpočet pro 5 osob: 25 *dkg* vepřových nebo telecích jater - 30 *dkg* brambor - 3 *dkg* cibule - 3 *dkg* sádla na usmažení - 2 *dkg* rozpuštěného sádla - 3 *dkg* slaniny - 1 vejce - sůl - 4 zrnka bílého tlučeného pepře - na špičku nože paštikového koření a 1 sardelku - 4 *dkg* sádla na vymaštění nádoby.

Lovecká paštika.

Maso ze srnčí plece, kýty nebo ze hřbetu rozdělíme na tři díly. Dvě třetiny upečeme na másle a ostatní hned syrové nakrájíme se slaninou, telecími nebo husími játry, přidáme mlékem navlhčenou bílou housku a vše umeleme i s upečeným masem dvakrát až třikrát na masovém stroji.

Do umletého dobře zamícháme syrové žloutky, na kostečky nakrájené, oloupané pistacie (jsou to zelené mandle a koupí se u lahůdkáře), na nudličky nakrájený lanýž nebo pečárku, madeirské nebo sherry víno, bílý tlučený pepř, na špičku nože paštikového koření a sůl.

Podlouhlou plechovou formu vyložíme tenkými lístky slaniny, rozetřeme do ní paštikovou hmotu, povrchu přikryjeme rovněž slaninou, převážeme navlhčeným pergamenem a pečeme v páře 2 hod. Úplně studenou paštiku nakrájíme, úhledně urovnáme na mísu, ozdobíme aspikem a zelenou petrželkou.

Rozpočet pro 5—10 osob: 60 *dkg* srnčí plece, kýty nebo hřbetu - 5 *dkg* másla - 25 *dkg* slaniny - 30 *dkg* husích jater - 8 *dkg* bílé housky - ⅛ *l* mléka na máčení housky - 5 žloutků - 15 kusů pistacií - 1 kousek lanýže nebo 1 pe-

čárka (žampion) - 3 lžíce madeirského nebo sherry vína - na špičku nože paštikového koření - tluč. bílý pepř - sůl a 25 *dkg* slaniny na vyložení formy.

Paštika z telecího a vepřového masa.

Telecí a vepřové maso z kýty vložíme na usmaženou, na kolečka nakrájenou cibuli s mrkví, vše osolíme, opepříme bílým pepřem a udusíme do měkka. Pak umeleme studené maso dvakrát na masovém stroji, zamícháme do něho utřené sardele, rum neb sherry víno, na nudličky nakrájené pečárky nebo lanýže, na špičku nože paštikového koření, sůl a podle potřeby procezenou šťávu z dušeného masa. Telecí neb husí játra zbavíme blan, rozkrájíme je na lístky, které protáhneme slaninou a lanýži. Plechovou podlouhlou formu vyložíme slaninovými lístky, plníme ji střídavě kašovinou a nakrájenými játry. Povrchu musí býti kašovina, kterou přikryjeme slaninovými listy, povážeme ji jako paštiku loveckou a v troubě ji vaříme zvolna 2 hodiny.

Rozpočet pro 5—10 osob: 40 *dkg* telecího masa - 40 *dkg* vepřového masa - 3 *dkg* másla - 5 *dkg* cibule - 5 *dkg* mrkve - 4 zrnka bílého pepře - 20 *dkg* telecích nebo husích jater - 1 sardelka - 3 lžíce vína sherry nebo rumu - 1 kousek lanýže neb 2 malé pečárky neb hříbky - na špičku nože paštikového koření - sůl a 25 *dkg* slaniny.

Příprava aspiku.

Rozsekanou telecí nohu, vepřovou nohu, vepřové kůžičky a hovězí klišku vypereme, zalijeme studenou vodou a zvolna vaříme 3 hod. Pak tam přidáme očištěnou, kořenovou zeleninu, sůl, koření, kousek citronové kůry, oloupanou celou cibuli a ocet a vaříme opět zvolna 2 hodiny. Pak polévku procedíme a dáme vychladnouti. Ze studené odstraníme mastnotu, podle chuti ještě osolíme, okyselíme, dáme poněkud rozehřáti, stále šlehajíce přidáme bílky, dříve na talíři rozšlehané, a tekutinou šleháme na plotně až do varu. Poté ji odtáhneme na okraj plotny a necháme v klidu stát. Vodou navlhčený ubrousek přivážeme na obrácenou židli, pod něj vložíme porcelánovou mísu, na ubrousek lijeme aspik a bez míchání ho necháme prokapati. Část aspiku obarvíme šťávou z naložené řepy nebo bretonem (neškodné barvivo, jež se dostane u materialisty). Tohoto aspiku upotřebíme na ozdobení paštik, masa, vajec a pod. Uvařených nožiček a masa upotřebíme na masitý rosol, který upravíme takto:

Maso z uvařených kostí nakrájíme na kostečky, kosti ještě povaříme chvíli v osolené vodě, maso urovnáme i s nakrájenou zeleninou a cibulkou do nějaké formy, odvar z kostí podle chuti osolíme, okyselíme a dobře povařený procedíme na maso. Takto připravený rosol dáme ztuhnouti. Pak jej vyklopíme, posypeme drobně sekanou cibulí, polijeme octem, posypeme pepřem a pokapeme olejem a podáváme s chlebem k večeři.

Rozpočet na aspik: 1 telecí noha - 1 vepřová noha - 50 *dkg* vepřových kůží - 15 *dkg* hovězí kližky - 5 *l* vody - sůl - 10 *dkg* cibule - 10 *dkg* kořenové zeleniny (mrkev, celer, petržel) - 15 zrnek celého pepře - 3 zrnka nov. koření - bobkový list - tymián - citronová kůra - ¼ *l* bílého octa - 3 bílky.

Husí neb telecí játra v rosolu.

Játra namočíme na několik hodin do mléka, pak je opláchneme, odblaníme, protáhneme na nudličky nakrájeným jazykem a na slanině a rozpuštěném másle je udusíme. Při dušení je podlijeme bílým vínem, a když jsou měkká, osolíme je. Zatím nalijeme trochu neobarveného aspiku na dno formy a dáme ztuhnouti. Na něj naklademe na plátky nakrájená, studená játra, zalijeme je opět aspikem a dáme do studena nebo na osolený, utlučený led ztuhnouti. Pak upravíme vše na mísu, zdobíme bílým i červeným sekaným aspikem a zelenou kadeřavou petrželkou. Podobně se připravují v aspiku i dušená kuřata.

Rozpočet pro 5 osob: 1 husí játra - ¼ *l* mléka - 10 *dkg* uzeného jazyka - 3 *dkg* másla - 5 *dkg* slaniny - ⅛ *l* bílého vína - sůl - ¾ *l* aspiku.

Šunka v aspiku.

Menší plechové formičky neb malé kastrůlky naplníme asi ¾ *cm* vysoko aspikem a dáme ztuhnouti do studena, neb je postavíme na utlučený, prosolený led. Zatím si uvaříme na tvrdo vejce, bílek z vajec nakrájíme na lístky a z nich malými formičkami na zeleninu nakrájíme kvítka neb jiné ozdoby, které dáme zatím na talíř do studené vody. Pak si připravíme ozdoby vykrájené z vařené mrkve a čerstvou zel. petržel. Potom upravíme tyto ozdoby vkusně na ztuhlý aspik, zalijeme je znovu na ¾ *cm* vysoko aspikem a dáme opět ztuhnouti. Na pevný aspik položíme plátky šunky a zelený vařený hrášek, opět vše zalijeme aspikem a dáme ztuhnouti. Před podáváním vložíme formičky s aspikem rychle na utěrku v horké vodě namočenou, hned vyklopíme opatrně na mísu, ozdobíme sekaným aspikem, nakrájeným citronem a zel. petrželkou. Tímto způsobem můžeme upraviti i vařený, uzený, na plátky nakrájený vepřový jazyk.

Rozpočet pro 5 osob: 1 *l* čistého aspiku - 2 vejce - 5 *dkg* mrkve - 25 *dkg* šunky - 5 *dkg* zeleného mladého hrášku nebo hrášku konservovaného - zelená petržel - 1 citron. Příprava aspiku str. 72.

Studená míšeninka na lasturkách.

Do upravené majonézy lehce zamícháme na nudličky nakrájenou libovou šunku, upečenou studenou telecí pečeni neb maso z pečeného kuřete, oloupané na kostečky nakrájené brambory, bílky z uvařených vajec, kyselé oloupané okurky, jemně usekanou cibulku a kapary. Promíchanou míšeninku dáme do studena na 6 hod. Pak ji rozdělíme na lasturky, povrchu na každou lasturku posadíme malý hříbeček v octě naložený a ozdobíme zelenou petrželkou. Lasturky složíme na oválnou mísu papírovou krajkou vyloženou a neseme na stůl. Majonézu si připravíme z vařených žloutků, viz str. 183.

Rozpočet pro 5 osob: *Na majonézu:* 2 vařené prolis. žloutky - 2 syrové žloutky - sůl - ⅜ *l* oleje - z ½ citronu šťáva - 2 lžíce vinného octa - 3 zrnka tluč. bílého pepře - na špičku nože anglické omáčky a hořčice - 2 lžíce ušlehané smetany. - Přípravu viz na str. 183. - 20 *dkg* šunky - 20 *dkg* telecí pečeně nebo pečeného kuřete - 20 *dkg* vařených brambor - 3 kyselé malé okurky - 2 *dkg*

cibule - 1 *dkg* kaparů - ze 2 vajec vařené bílky. *Na ozdobu:* 10 naložených hříbků - zelená kadeřavá petrželka.

Galantina.

Syrové telecí a vepřové maso, husí a telecí játra, slaninu, ve vodě namočenou (ale dobře vymačkanou) housku, vše umeleme na masovém stroji, utlučeme v hmoždíři a sítem prolisujeme. Do prolisovaného přidáme ještě jedna na kostečky nakrájená husí játra, šunku, vařený, oloupaný, uzený vepřový jazyk, slaninu, vše nakrájené na kostičky. Podle chuti směs osolíme, okořeníme tlučeným bílým pepřem a paštikovým kořením, přidáme na plátečky nakrájené lanýže a pistacie, načež dáme žloutky, víno madeira nebo sherry a vše dobře promícháme. Velký arch pergamenového papíru navlhčíme vodou, osušíme, poklademe na lístky nakrájenou slaninou, na něm upravíme směs v úhlednou šišku, sbalíme a ještě zabalíme do vlhkého ubrousku, povážeme motouzkem a 2 hodiny vaříme ve slabé hovězí polévce. Pak dáme galantinu do studena nebo k ledu a druhý den ji krájíme na plátky a složíme na mísu. Podáváme ji ozdobenou aspikem, zelenou kadeřavou petrželkou, nakrájeným citronem a růžičkami z másla.

Rozpočet pro 5—10 osob: 50 *dkg* telecího masa - 50 *dkg* vepřového masa - dvoje husí játra (asi po 15 *dkg*) - 8 *dkg* mleté slaniny - 12 *dkg* telecích jater - 5 *dkg* housky - 8 *dkg* šunky - 8 *dkg* uzeného vepřového jazyka - 8 *dkg* krájené slaniny - sůl - 5 zrnek tluč. bílého pepře - 2 kousky lanýže - na špičku nože paštikového koření - ½ *dkg* pistacií - 2 žloutky - 2—3 lžíce madeirského vína nebo sherry - 1 arch pergamenového papíru - 25 *dkg* slaniny na vyložení papíru.

Paštikové koření.

30 *g* hřebíčku, 30 *g* muškátového oříšku, 15 *g* bílého pepře, 8 *g* cayenského pepře, 15 *g* květu, 15 *g* bobkového listu, 15 *g* tymiánu dobře smícháme, v hmoždíři utlučeme, prosijeme a v dobře uzavřené kořence uschováme. Do paštiky dáváme koření jen na špičku nože.

O vejcích.

K velmi výživným potravinám patří vejce, z nichž se u nás používá hlavně vajec slepičích. Vzácnější jsou vejce husí a kachní. V žádné potravině snad, kromě mléka a vajec, nenajdeme všechny užitečné látky pohromadě. Jsou to hlavně bílkoviny, jichž jest nejvíce. Hojně jest ve vejci obsažen tuk, cukr a různé soli. Vejce však jsou také tím důležita, že jest ve žloutku uložen vitamin *A*, který jest nezbytný pro vzrůst a zabraňuje tvořeni křivice. Z toho vidíme, jak jsou vejce důležita hlavně pro děti, jejichž tělo jest ve vývoji a potřebuje, aby výživa jeho byla promyšlena, a aby se dětem dostávalo nejvíce těch látek, které potřebují nejvíce. Vedle vajec jsou to mléko, zelenina a ovoce, které nechť tvoří každodenní potravu dítěte, neboť všechny tyto potraviny a ještě mnoho jiných obsahují vitaminy. Vařením vajec na tvrdo se vitaminy porušují.

Vejce se skládá z bílku a žloutku. Cennější jest žloutek, který má tvar kulovitý a jest potažen blanou, která jest spojena s bílkem. Celé vajíčko jest obaleno pevnou blankou a uzavřeno ve tvrdé vápenité skořápce.

Vaječný bílek jest téhož složení jako bílek v mase. Jest průsvitný, barvy poněkud nažloutlé. Je-li vajíčko čerstvé, jest bílek tuhý, rosolovitý. U staršího vejce nebo naloženého vejce ve vápně bývá bílek velice řídký, poněvadž vápenná voda vnikla póry ve skořápce dovnitř. Není tak cenný jako vaječný žloutek, přece však se v kuchyni velice dobře uplatní a hospodyně by se bez něho těžko obešla. Ušleháme-li z něho sníh, který vzniká vháněním vzduchu mezi blány bílkové, použijeme ho jako výborného kypřícího prostředku do různého lehčího pečiva. Velmi důležitý je sníh též v cukrářství.

Vaječný žloutek jest nejcennější část vejce. Obsahuje hodně tuku, cukru a vitaminů. Proto jest mnohem výživnější než bílek.

Vajec se používalo odedávna v kuchyni a jak jsou nepostradatelna, ukázalo se nejvíce ve válce, kdy jich nebylo. Vyskytovaly se různé vaječné náhražky, které však složením nahrazovaly vejce velmi slabě a chybělo jim to, co jest při vejcích nejcennější, totiž vitaminy.

Vajec používáme při úpravě různých jídel, nebo je připravujeme jako samostatný pokrm. Vaříme je buď na měkko, na hniličku nebo na tvrdo. Nejstravitelnější jsou vejce syrová, zvláště žloutek, který možno podati i nemocnému. Stravitelná jsou též vejce sázená, vejce vařená na měkko a na hniličku. Méně stravitelná jsou vejce na tvrdo uvařená a vejce míchaná.

Poněvadž jest skořápka vajec pórovitá, vniká dovnitř vzduch a vejce se brzy kazí. Proto se nakládají, aby k nim neměl vzduch přístupu. Nejlépe jest nakládati vejce na jaře, kdy jsou též nejlacinější. K nakládání používáme jen vajec úplně čerstvých, která poznáme nejlépe proti světlu, neboť jsou jasná a průhledná. Vejce starší mají pouk a vejce zkažená mají velké tmavé skvrny.

Stáří vejce určíme též v solném roztoku (½ *l* vody a 6 *dkg* soli). Jsou-li vejce čerstvá, klesnou ke dnu. Několik dní stará vejce plovou v roztoku a 14denní neb i delší dobu stará vejce plovou na povrchu. Zatřepeme-li starým vejcem, kloktá, neboť vaječný obsah po nějaké době začne vysychati.

Vejce nakládáme do vápna nebo do vodního skla. Chceme-li je naložiti do vápna, urovnáme je do dřevěné nádoby vytřené vápnem a zalijeme je vápennou vodou, aby je o 5 *cm* převyšovala. Vápno obsažené ve vodě ucpe póry skořápek a vejce se nekazí.

Výhodněji než do vápna nakládáme vejce do vodního skla. Půl litru vodního skla zředíme čtyřmi litry studené povařené vody a zalijeme jí vejce urovnaná ve skleněných lahvích. Tento způsob nakládání vajec jest sice dražší, avšak vejce uchováme po delší dobu čerstvá.

Chceme-li uschovati vejce na kratší dobu, zahrabeme je do popela, nebo je zabalíme do papíru a uložíme v chladu.

Vejce na měkko vaříme 3 minuty.
Vejce na hniličku vaříme 4 minuty.
Vejce na tvrdo vaříme 8—10 minut.

RŮZNÁ ÚPRAVA VAJEC.

Míchaná vajíčka.

V kastrole si rozpálíme máslo a přilijeme do něho dobře rozmíchaná, osolená vajíčka a stále míchajíce necháme je přiměřeně zhoustnouti. Pak je upravíme na talířky, ozdobíme sekanou pažitkou a podáváme horká. Také můžeme vejce před podáváním posypati vařenou šunkou nebo sekaným, vařeným uzeným masem.

Rozpočet pro 5 osob: 3 *dkg* másla - 7 vajec - sůl - pažitka - 6 *dkg* šunky neb uzeného masa

Vejce v kyselé omáčce.

Do vařícího osoleného octa s vodou dáme vařit roztlučená vejce, která povaříme 5 minut. Poté je lžicí vyndáme a vložíme na 3 minuty do studené vody, pak je urovnáme na mísu a polijeme omáčkou.

Omáčka: Odvar, ve kterém se vejce vařila, zředíme vodou, aby omáčka nebyla kyselá, načež odměříme ¼ *l* odvaru, který stále míchajíce nalijeme do kyselé smetany, ve které jest umíchána mouka, žloutky a kmín a omáčku chvíli povaříme. Je-li omáčka hustá, zředíme ji ještě odvarem.

Rozpočet pro 5 osob: 5 vajec - ¼ *l* octa - ¼ *l* vody - sůl. - *Omáčka:* ¼ *l* kyselé smetany - 3 *dkg* mouky - 2 žloutky - sůl - kmín.

Ruská vejce.

Úplně čerstvá vajíčka rozbijeme rychle do vařící vody s octem a solí a povaříme je 5 minut. Potom je vyndáme a vložíme do studené vody. Nebo můžeme vajíčka uvařiti na tvrdo, pak dáti do studené vody a oloupati. Na kulatou skleněnou mísu upravíme do středu lžíci ruského aneb vlašského salátu, viz str. 234, vejce dole seřízneme, aby stála, a postavíme je do salátu. Kolem vajíčka uděláme věneček z téhož salátu. Pak vejce i salát polijeme francouzskou majonézou anebo tatarskou omáčkou, viz str. 180—181. Takto upravená ruská vajíčka ozdobíme lososem, kaviárem, zelenou petrželkou, nakrájeným citronem a lupínky hlávkového salátu.

Rozpočet pro 5 osob: 5 čerstvých vajec - ⅛ *l* vody - ⅛ *l* bílého octa - sůl - 25 *dkg* ruského neb vlašského salátu - ze dvou žloutků francouzskou majonézu. *Na ozdobu:* 5 *dkg* lososa - 2 *dkg* kaviáru - zelená kadeřavá petrželka - 1 citron - 1 malá hlávka salátu.

Smažená plněná vajíčka.

Do hrnečku se stejným množstvím octa a vody dáme dírkovanou sběračku (aby se vejce lehce vyndalo). Vejce rozbijeme na sběračku pozorně, aby bílek kryl vrch vajíčka (žloutek) a vejce zůstalo přitom vcelku. (Aby se bílek srazil, musí voda s octem

vřiti.) Vejce vaříme 6 minut. Pak je i se sběračkou vyndáme a s ní dáme do studené vody, aby dříve vychladlo a dalo se kulatou formičkou vykrojiti. Potom položíme na prkénko bílou oplatku, potřeme ji bílkem a doprostřed urovnáme připravené ragoût v podobě vyšší placičky a uhladíme. Na to položíme vejce, ragoût upravíme, aby bylo tak velké jako vejce, načež vajíčko nahoře osolíme. Konce oplatky potřeme rozšlehaným vajíčkem, dobře upravíme do záhybů a ustřihneme přečnívající konce oplatky. Takto upravené vajíčko lehce potřeme vajíčkem, obalíme strouhanou houskou, znovu potřeme vajíčkem a obalíme v housce a pak smažíme vajíčko ve větším množství dobře rozpáleného másla po obou stranách asi 8 minut. Podáváme je k zelenině.

Rozpočet pro 5 osob: 5 vajec - ¼ *l* octa - ¼ *l* vody - sůl - 5 bílých oplatek - 1 vejce a 1 bílek na potírání - 15 *dkg* strouh. housky - 25 *dkg* převař. másla. *Ragoût:* ½ brzlíku - ½ vepřového mozečku - 6 *dkg* telecího masa - 6 *dkg* uzeného masa - 2 *dkg* másla - jíška ze 2 *dkg* másla a 2 *dkg* mouky - 2 lžíce smetany - šťáva z duš. masa - 2 lžíce vína - sůl - 2 zrnka tluč. pepře - 1 žloutek. Ragoût upravíme na míšeninku na lasturkách, ale hustší. (Viz str. 60!)

Zapečená vejce.

Čerstvá vejce vaříme 8—10 minut. Pak je vložíme do studené vody, oloupáme, vejce rozpůlíme, žloutky vyndáme a prolisujeme. Sardele vypereme v mléce, aby nebyly příliš slané, zbavíme je kostí a s máslem utřeme. V mise umícháme čerstvé máslo, přidáme sardele, syrové vejce, prolisované žloutky, kávovou lžičku sladké smetany, tluč. pepř, zelenou sekanou petrželku a strouhanou žemli. Z dobře promíchané směsi nakrájíme kousky, uděláme kuličky, do poloviny každou kuličku posypeme houskou, vložíme je neposypanou stranou do bílků a vzniklá vejce urovnáme do vymazaného pekáčku, zalijeme mlékem, pokapeme máslem a pečeme v troubě 8 minut. Upečená vejce urovnáme do středu mísy, ozdobíme je vařenými, na hvězdičky vykrájenými bílky, petrželkou a kolem vajec upravíme věnec z dušeného špenátu.

Rozpočet pro 5 osob: 5 vajec - 6 *dkg* másla - 3 *dkg* sardelí - 1 lžíce mléka - 1 syrové vejce - 1 lžička smetany - 6 *dkg* strouhané žemle - 5 tluč. pepřů - sůl - zelená sekaná petržel - 2 *dkg* strouhané žemle na obalení kuliček - 3 *dkg* másla do pekáče - 6 lžic smetany na zalití - 1 *dkg* másla na pokapání.

Vaječné smaženky.

Čerstvá vajíčka uvaříme na tvrdo (8 minut). Pak je vložíme do studené vody, oloupáme a usekáme. V mise umícháme máslo se solí, přidáme syrové vejce, usekaná vařená vajíčka, lžičku vína, sekanou zelenou petrželku, kyselou smetanu, hladkou mouku, strouhanou žemli a dobře promícháme. Pak upravíme smaženky do tvaru malých válečků, obalíme je v rozšlehaných vajíčkách, ve strouhané žemli a na rozpáleném sádle neb převařeném másle je usmažíme do zlatova. Hotové smaženky podáváme k dušené zelenině. (Brukvi, mrkvi neb špenátu.)

Rozpočet pro 5 osob: 4 vejce - 4 *dkg* másla - sůl - 1 syrové vejce - kávová lžička bílého vína - zelená petržel - $^{1}/_{10}$ *l* kyselé smetany - 2 *dkg* mouky - 5 *dkg* žemle dovnitř - 1 vejce na obalení - 10—12 *dkg* strouh. žemle - 12 *dkg* sádla neb převařeného másla (šmolce) - petržel na ozdobu.

Vejce vařené ve formičkách.

Do malé porcelánové nádobky (kelímku) nalijeme trochu smetany nebo mléka, pak tam dáme osolené, rozšlehané vejce, načež postavíme nádobku do hrnečku s vařící vodou, která dosahuje do polovice nádobky, a vejce vaříme nejméně 8 minut. Poté podáváme vejce i s nádobkou na míse vyzdobené ubrouskem. Na každou osobu počítáme lžíci smetany, vejce a sůl, plátek šunky a kávovou lžičku hrášku, ½ *dkg* parmezánu. — Porcelánové nádobky můžeme vymazati máslem, na něj dát malý plátek šunky, trochu zeleného hrášku, pak teprve smetanu, vejce a na povrch strouhaný parmezán a dát vařit jako předcházející.

Pikantní vejce.

Očištěnou sardeli, kyselou okurku, kapary, šalotku (druh malé cibulky), zelenou petržel, trochu kmínu usekáme a vše na másle malou chvíli smažíme. Takto upravenou směs rozetřeme do máslem vymazaných ohnivzdorných formiček, do každé formičky dáme malý kousek šunky, na to roztlučeme vždy vejce, osolíme, opepříme, posypeme je parmezánským sýrem, a do každé formičky navrch dáme kousek dobrého másla. Do většího kastrolu si připravíme vařící vodu, formičky do něho složíme a poklicí přikryté vaříme 4 minuty (vody v kastrole musí býti do ½ formičky, aby formičky dobře stály). Pak poklici odstraníme a v horké troubě je necháme 1 minutu.

Hotové formičky otřeme utěrkou, složíme je na mísu ubrouskem vyloženou, ozdobíme je zel. kadeřavou petrželkou a horké podáváme jako předkrm.

Rozpočet pro 5 osob: 3 sardele - 2 malé kyselé okurky - ½ *dkg* kaparů - 1 šalotku (malou cibulku) - 3 proutky zel. petržele - málo kmínu - 2 *dkg* másla - 1 *dkg* másla - 5 *dkg* šunky - 5 vajec - sůl - pepř - 2 *dkg* parmezánského sýra - 1 *dkg* másla.

Plněná vejce v aspiku.

Vejce vložíme do vlažné vody a vaříme je 10 minut. Pak je dáme do studené vody, oloupáme, ozdobným nožem rozpůlíme, vyndáme žloutky a prolisujeme žíněným sítem. Špičku bílků seřízneme, aby dílky dobře stály. V míse si umícháme máslo, přidáme do něho prolisované žloutky, kostí zbavené, prolisované, v mléce vyprané sardele, citronovou šťávu, hořčici a ušlehanou smetanu, kterou jenlehce zamícháme, podle chuti okořeníme tlučeným pepřem a osolíme. Směs vložíme do papírového kornoutu, který jest opatřen hvězdičkovou trubičkou, načež naplníme bílky. Skleněnou kulatou mísu naplníme sekaným aspikem, vejce na ni urovnáme a ozdobíme kaviárem, zelenou petrželkou a citronem (viz obrázek).

Rozpočet pro 5 osob: 5 vajec - sůl - 5 *dkg* másla - 2 sardele - 1 lžíce mléka - z ½ citr. šťáva - ⅛ *l* šlehané smetany - ½ kávové lžičky hořčice - 3 zrnka bílého pepře - 3 *g* kaviáru - citron a zelená petržel na ozdobu. Úpravu aspiku viz str. 721

Vejce plněná šunkou.

Uvaříme si na tvrdo vejce jako předešlá. V mise si umícháme máslo, přidáme na masovém strojku umletou, drátěným sítem prolisovanou šunku a podle potřeby smetanu (nesolí se). Pak směs upravíme pomocí kornoutku s hladkou trubičkou do vydlabaných bílků, na prostředky položíme hvězdičku z nakrájeného lanýže, kolem ozdobíme vejce na nudličky nakrájenými, loupanými mandlemi a polijeme opatrně aspikem. Hotová vejce vložíme do papírových košíčků a úhledně urovnáme na mísu. Šunka musí býti dobře uvařená, aby se dala lisovati. Vejce mohou se ozobiti na míse sekaným aspikem jako předešlá.

Žloutků z vařených vajec upotřebíme do majonézy nebo do salátu, neb na karlovarské kroužky (strana 348) anebo je vmícháme do prolisované šunky.

Rozpočet pro 5 osob: 5 vajec - 10 *dkg* čajového másla - 15 *dkg* šunky - $^1/_{16}$ *l* sladké smetany - 1 kousek lanýže - 1 *dkg* loupaných mandlí.

Vejce plněná dušenými játry.

Na másle udušená husí játra prolisujeme. V míse si umícháme máslo, vařené, prolisované žloutky, sůl, tlučený pepř, přidáme játra a podle potřeby sladkou smetanu. Po délce rozkrájená, na tvrdo uvařená vajíčka zbavíme žloutků, naplníme je olejovou majonézou (viz studené omáčky str. 183) a ozdobíme umíchanou hmotou, kterou jsme vložily do kornoutu s hvězdičkovitou trubičkou. Vajíčka polijeme aspikem, dáme ztuhnouti do studena, ozdobíme petrželkou a podáváme. — Vejce můžeme i bez aspiku upraviti.

Rozpočet pro 5 osob: 5 vajec - 15 dkg husích jater - 2 *dkg* másla na udušení - 6 *dkg* másla - 2 vařené žloutky - sůl - pepř - 3 lžíce smetany.

Sázená vajíčka.

Lívanečník nebo formu na sázená vajíčka vymažeme rozpáleným máslem, čerstvá vajíčka do jamek rozklepeme, osolíme je a pečeme tak dlouho, až bílek ztuhne a žloutek zůstane polotekutý. Pak žloutky opepříme, posypeme sekanou pažitkou a zdobíme jimi špenát, beefsteaky, čočku a pod.

Rozpočet pro 5 osob: 5 vajec - sůl - 3 *dkg* másla - 2 zrnka tluč. pepře - zelená pažitka.

Vejce šunkou obložená.

Připravíme si vařená vajíčka jako v prvním předpise (vejce v kyselé omáčce). Z dlouhé housky si nakrájíme plátky asi 2 *cm* silné a

osmažíme je na rozpáleném másle. Pak na každou housku položíme plátek šunky, na ni položíme vařené vejce, načež každé vejce polijeme olejovou, hodně hustou majonézou z vařených žloutků, posypeme kyselou sekanou okurkou, kaviárem nebo sekanou pažitkou, upravíme na mísu a ozdobíme aspikem.

Rozpočet pro 5 osob: 15 *dkg* housky - 8 *dkg* másla - 10 *dkg* šunky - 5 vajec - sůl - 1 kys. okurka nebo 3 *g* kaviáru - sekaná pažitka. (Na vaření vajec ⅛ *l* octa - ⅛ *l* vody - sůl.) *Majonéza* (viz studené omáčky str. 183).

Rajská jablíčka plněná vlašským salátem.

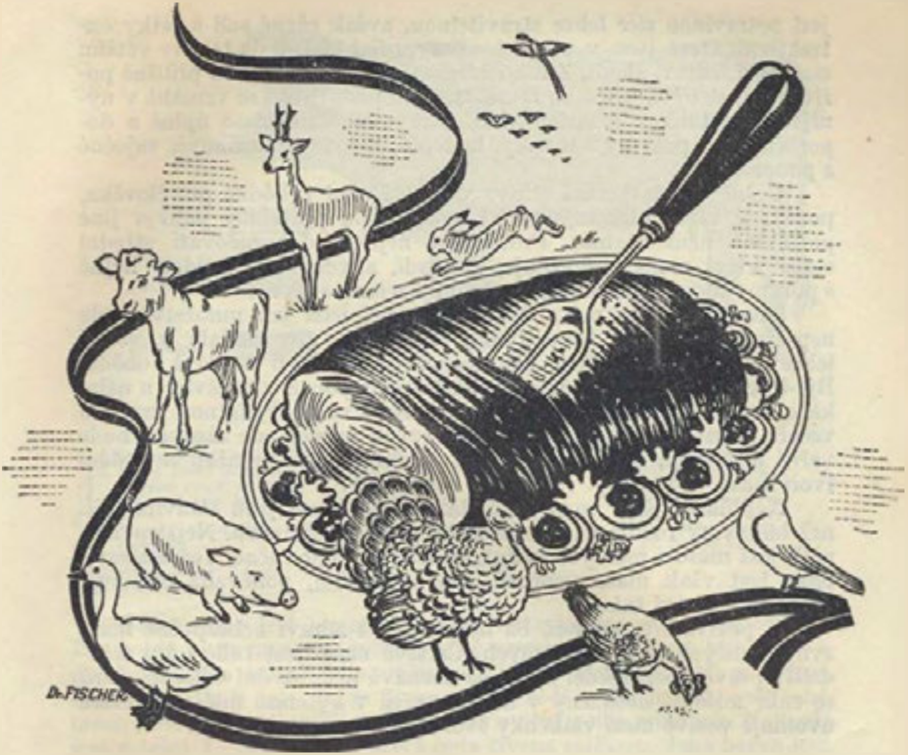
Pěkná velká kulatá rajská jablíčka opereme, vršek seřízneme, vydlabeme je a vypereme osoleným octem. Pak je naplníme dobrým vlašským neb zeleninovým salátem (viz str. 234), ozdobíme zelenou petrželkou a obkládáme jimi ryby neb studená masa v aspiku. (Příprava aspiku, viz str. 72!)

Rozpočet pro 5 osob: 10 rajských jablíček - 3 lžíce osoleného octa - 25 *dkg* vlašského salátu - zelená kadeřavá petrželka.

Vejce těstem obalená.

Čerstvá vejce vaříme 8 minut. Poté je vložíme do studené vody a oloupáme. Z mouky málo osolené, syrového vejce a mléka si umícháme řídké těstíčko. Uvařená vejce namočíme do těstíčka, načež je v hlubší pánvi ve větším množství dobře rozpáleného sádla smažíme 3 minuty. Usmažená vejce znovu namočíme do těstíčka, poté do rozpáleného sádla a usmažíme je do červena. Takto smažená vejce podáváme k salátu nebo špenátu.

Rozpočet pro 5 osob: 5 vajec. - *Na těstíčko:* 8—10 *dkg* mouky - ¼ kávové lžičky soli - 1 vejce - ⅛ *l* mléka - 20 *dkg* sádla na smažení.



IV. MASA A JEHO DRUHY

Maso obsahuje velké množství bílkovin na rozdíl od potravin z říše rostlinné, jež jsou bohaty na uhlohydráty. Maso jsou svaly, jež bývají porostlé tukem. Řadíme však k němu i ostatní měkké součástky, jako plíce, játra, srdce, ledviny, slezinu, brzlík a mozek.

Chemické složení masa. Přiměřeně tučné maso hovězí obsahuje 70% vody, 20% bílkovin, 8% tuku, různé soli a látky extraktivní. Při úpravě masa se tyto látky vyluhují buď do polévky nebo do štávy a dodávají jí příjemné chuti a způsobují též rozdílnou chuť pokrmů. Působí mnoho na vyměšování žaludečních šťáv, čímž podporují trávení. Jinak však velké výživnosti nemají.

V nynější době se rozmohlo požívání masa, zvláště ve městech, měrou nebývalou. Je to však na úkor lidskému zdraví, neboť maso

jest potravinou sice lehce stravitelnou, avšak různé soli a látky extraktivní, které jsou v něm obsaženy, přicházejí-li do těla ve větším množství, zdraví škodí. Z toho vznikají různé nemoci, ba přílišné požívání masa bývá příčinou reumatismu a pod. Proto se vzmáhá v nynější době tolik vegetarianismus, který vylučuje maso úplně a doporučuje jen pokrmy z mouky, luštěnin, pokrmy zeleninové, vaječné a podobně.

Úplně vegetariánská strava však též není výhodná pro člověka, poněvadž maso obsahuje určité složky tělu potřebné, jichž v jiné potravině nenacházíme. Proto jest nejlépe doporučovati střední cestu, která masa nezavrhuje, ale radí, abychom je střídaly hojně s pokrmy moučnými, bramborovými a zeleninovými.

Nikdy nejezme masa dvakrát denně, leda jen množství zcela nepatrné. Rozumná hospodyňka dbá toho, aby podala k večeři lehce stravitelný pokrm bez masa, připravila-li maso k obědu. Byl-li však oběd bez masa, pozůstával-li pouze z polévky a nějakého moučníku a podobně, připraví zato večer vydatnou masitou večeři. Tím prospěje nejen zdraví svých milých, ale zároveň bude vařiti úsporněji, neboť mezi potravinami největší položku ve vydání tvoří maso.

Nejdůležitější v mase jsou bílkoviny, které jsou stravitelnější než bílkoviny rostlinné, obsažené na př. v luštěninách. Nejstravitelnější jest maso z mladých zvířat, neboť jest málo tučné. Těžce stravitelné jest však maso vepřové, husí a kachní, poněvadž obsahuje značné množství tuku.

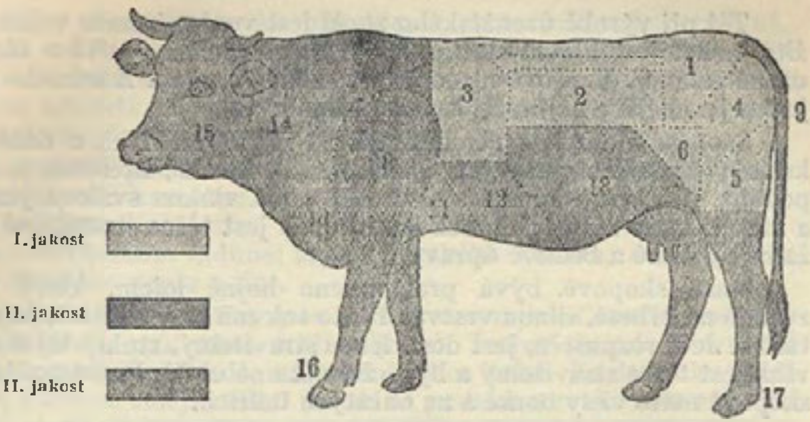
K požívání se nehodí, ba někdy jest i zdraví nebezpečné maso zvířat pošlých nebo nemocných. Čerstvé maso jest tuhé a ani sebedelší úpravou nezměkne. Proto se nechává několik dní odležeti, čímž se cukr mléčný, obsažený v mase, změní v kyselinu mléčnou, která uvolňuje vazivo mezi vlákénky svalovými, a maso změkne.

Jednotlivé druhy masa.

Hovězí maso. Nejlepší hovězí maso jest ze čtyř- až šestiletých krav nebo volů a bývá prostoupeno žilkami loje. Jeho barva jest červená. Má-li maso barvu příliš tmavou, jest buď ze zvířete příliš starého nebo nemocného; je-li bledé, pochází ze zvířete mladého. Méně chutné jest maso z býků a používá se ho nejvíce do uzenářských výrobků.

Na chuť a jakost masa má vliv nejen věk, druh a krmivo zvířete, ale též záleží mnoho na tom, ze které jest části těla. Maso zadní jest lepší než maso přední. Nejlepší jest kulatý sval po obou stranách páteře od kýty až k žebrům, který se jmenuje *svíčková.* Cenný jest též vysoký bok a nízký bok. Rozkrájíme-li jej na plátky, nazýváme je *roštěnka.* Kýty mají maso chutné, je-li odleželé a prorostlé tukem.

Nejcennější maso z přední čtvrti jest plec. Tenký kus masa umístěný na spodu plece se jmenuje plátek. S plecí jest spojena také „nepravá svíčková“, která má podobu kuželovitého svalu. Maso z noh jest velice klihovaté a hospodyně z něho připravují obyčejně guláš. Na polévku upotřebíme k vaření maso z plece, z boku nebo žebra.



Rozdělení hovězího masa podle jakosti.

I. jakost

1. Špička, zadní maso
2. Nízký hřbet (šus), bok, pod ním uvnitř svíčková (nejlepší část hovězího masa)
3. Vysoký hřbet, bok, roštěnky
4. Svrchní šál } kýta
5. Květový šál } kýta
6. Koule (ořech) } kýta

II. jakost

7. Péro
8. Kulatá plec, plátek a husička
9. Oháňka
10. Hrudí a špička hrudí

III. jakost

11. Kryté žebro
12. Žebrový bok
13. Bok — pupek
14. Krk a podkrčí
15. Hlava — líčko
16. Kližka přední
17. Kližka zadní

Telecí maso jest jemnější a lehčeji stravitelné než maso hovězí. Poněvadž je to maso ze zvířete ještě nevyvinutého, jest klihovaté a obsahuje málo tuku. Jeho výživnost jest závislá na stáří a výživě dobytčete. Je-li tele dobře živeno, a není-li příliš mladé, jest jeho maso mnohem výživnější než maso ze zvířat příliš mladých. Nejlepší jest z telat 4—5nedělních, která byla živena mlékem. Jeho barva jest zarůžovělá, vlákna masová jemná.

Nejcennější z telecího masa jest maso z kýty, telecí ledvina a kotlety. Dobré maso má také hrudí, plec a krkovička. Poněvadž jest telecí maso lehce stravitelné, hodí se v různé úpravě obzvláště pro děti. Také osobám slabého žaludku nebo rekonvalescentům doporučuje často lékař maso telecí.

Vepřové maso jest těžko stravitelné, neboť jest ze všech mas nejtučnější. Maso z mladých vepřů má barvu růžovou, sádlo jeho jest bílé, kůže jemná. Pochází-li ze zvířat příliš starých, má vlákna masová hrubá, jest barvy tmavé a jest třeba bedlivé úpravy, aby změklo a stalo se stravitelným.

Vepřové maso jest velice oblíbeno, zvláště na venkově, neboť vykrmený vepř skýtá svému majiteli nejen hojnost masa, které jinak na venkovský stůl přichází dosti zřídka, ale též sádlo, jež jest výborným mastidlem. Proto najdeme vepře téměř v každé chaloupce v našich vesnicích. Jeho vykrmení není spojeno s velkým nákladem, neboť se zužitkují různé zbytky a odpadky z domácnosti. Vepřové maso jest chutné po celý rok, nejlepší však jest v zimě, kdy je člověk též lépe stráví, poněvadž jeho tělo potřebuje více tučných pokrmů než v létě.

Též při výrobě uzenářského zboží jest vepřové maso velice důležito, neboť jest hlavní složkou při výrobě uzenek, vuřtů a různých druhů salámů. Vepřové maso se též nakládá a udí. Z uzeného masa jest nejcennější a nejdražší šunka (uzená kýta).

Skopové maso jest nejchutnější ze zvířat mladých a dobře vykrmených. Jest stejně výživné jako maso hovězí, kterému se velmi podobá. Jest však lehčeji stravitelné a má vlákna svalová jemnější a měkčí. Maso ze starých koz neb skopců jest těžce stravitelné a vyžaduje dlouhé a bedlivé úpravy.

Maso skopové bývá prostoupeno hojně lojem, který tvoří, zvláště na hřbetě, silnou vrstvu. Tento tuk má tu vlastnost, že rychle tuhne. Je-li rozpuštěn, jest dosti lehce stravitelný, ztuhlý lůj skopový však jest těžce stravitelný a bývá žaludku na obtíž. Proto podávejme skopové maso vždy horké a na ohřátých talířích.

Maso kozlečí a jehněčí vyrovná se jemností masu telecímu.

Koňské maso jest u nás neoblíbeno, ač tato nechuť k němu není odůvodněna. Pochází-li ze zvířat mladých a zdravých, jest velice chutné a poskytuje výživný pokrm.

Drůbež má maso jemné, lehce stravitelné. Počítáme k ní slepici, kuře, holuba, perličku, krocana, husu a kachnu.

V městech, kam přichází drůbež zabitá a často i oškubaná, jest třeba, aby byla hospodyně při koupi velice opatrná a vybrala si drůbež mladou, zdravou a aspoň poněkud vykrmenou. Není-li drůbež vykrmena, nutno ji při úpravě hodně omastiti, ale přesto nebývá její maso tak chutné a šťavnaté, jako u drůbeže vykrmené. Je-li drůbež mladá, poznáme podle zobáku, který jest měkký a světlejší barvy, kůže na nohou jest jemná a drápy jsou ostré.

Maso veškeré drůbeže nebývá však stejně stravitelné. Nejlehčí jest maso mladých, vykrmených kuřátek a holoubat. Těžce stravitelné jest však maso vykrmených hus a kachen, které jest velice tučné a podobá se masu vepřovému. Která hospodyně jest nucena sama drůbež zabíjeti, má si přitom počínati rychle a obratně a má ji zaříznouti ostrým nožem, aby se zvíře ihned usmrtilo.

Chceme-li zaříznouti husu nebo kachnu, řádně ji dříve vykoupeme, aby byla čistá. Nemá-li husa přístupu k rybníku, kde by se mohla koupati, bývá její peří značně špinavé, zvláště u husy krmené. Takové peří se pak nehodí na draní do peřin, neboť zapáchá a jest příliš těžké. Vypranou husu, jejíž peří jest suché, řízneme nad hlavou, kde jsme vytrhaly úzký proužek peří. Pak přidržíme zobák a hlavu nakloníme tak, aby krev z rány vytékala do nádoby. Dbáme toho, aby do ní nepřišla nečistota, ani peří. Pak ji položíme na záda a teprve, když vychladne, řádně ji oškubeme.

Někdy se drůbež paří místo zdlouhavého škubání. Je to sice rychlejší, ale maso drůbeže tím vždy trpí, neboť není již tak jemné. Drůbež, kterou chceme pařiti, vložíme rychle do horké vody a pak peří opatrně oškubeme, abychom nepotrhaly kůži.

Drůbež se nemůže upravovati čerstvá, neboť má maso zatuhlé. Proto ji dáváme na 2—3 dni odležeti.

Zvěřina obsahuje mnoho bílkovin, a proto jest velmi výživná. Poněvadž má však vlákna masová tuhá, jest těžko stravitelná. Aby změkla a nabyla divoké příchuti, necháme ji vykuchanou a řádně očištěnou odležeti několik dní v chladné místnosti. Nejlépe jest zvěřina odleželá, když peří pod křídly neb u rány začíná vlhnouti.

Ke zvěřině počítáme maso ptáků i čtvernožců žijících divoce. K ptákům patří koroptve, bažanti, tetřevi, tetřívci, kvíčaly, sluky, divoké kachny a jiné.

Ke čtvernožcům řadíme: zajíce, divokého králíka, srnce, jelena, daňka, divokého vepře a jiné.

Nejznámější ze zvěřiny jsou koroptve a zajíci. Cennější jsou bažanti a tetřívci, pak maso srnčí a jelení. Tetřev vyžaduje zvláštní bedlivé úpravy, poněvadž má maso velice tuhé. Za lahůdku platí kvíčaly, které se smějí stříleti pouze na podzim a mají maso zvláštní kořenné chuti. Velice drahé jsou též sluky, z jejichž vnitřností i se střevy se připravuje výborná lahůdka.

Ryby nemají masa zvlášť výživného, ale poskytují pokrm chutný a lehce stravitelný. Některé ryby, jako úhoř a losos, mají maso velice tučné a těžce stravitelné, jiné ryby, na př. dravé (štika, candát), jsou málo tučné a lehce stravitelné.

Maso ryb málo tučných se hodí na smažení, ostatní se upravuje na sardeli, na modro, na černo, nebo je pečeme na másle.

Nejchutnější jsou ryby čerstvé, upravené ihned po zabití. Poněvadž maso ryb se brzy rozkládá, kupujme je nejraději živé. Dopravují-li se ryby, a nemohou-li býti ve vodě, ovineme je do vlhké utěrky a do úst jim vložíme kousek chleba, který jest namočen v kořalce neb čistém lihu.

Čerstvě zabitá ryba má maso tuhé, oči jasné a žábry červené. Jakmile se začne rozkládati, jest její maso vodnaté, měkké a žábry bledé. Není radno požívati ryby leklé, jejichž maso se rychle rozkládá.

Při zabíjení ryb počínáme si rychle, abychom rybu ihned usmrtily. Omráčíme ji jednou ranou do hlavy a usmrtíme ji teprve docela, když jí propíchneme míchu v páteři před ocasní ploutví. Pak odstraníme šupiny s břicha a rybu opatrně rozřízneme. Vnitřnosti vyndáme, oddělíme střeva a žluč od jater a mlíčí nebo jiker upotřebíme na polévku. Teprve potom rybu zbavíme šupin ostrým nožem, rozřízneme ji na polovičku a vytrhneme žábry (skřele).

Vedle ryb sladkovodních mají ve světovém obchodu velkou důležitost ryby mořské. U nás se prodávají buď konservované, na př. slanečci, sardele, sardinky v oleji, zavináče, uzenáče a pod., nebo čerstvé.

K nám se dovážejí nejen tresky, ale i jiné druhy čerstvých mořských ryb. Můžeme je upravovati různým způsobem. Buď je vaříme se zeleninou a pak polijeme rozpáleným máslem, nebo je pečeme, smažíme a pod. Nejsou však mnoho oblíbeny, poněvadž mají příchuť, jež jest mnohým našim lidem odporná. Tento zápach odstraníme, pečeme-li zároveň s rybou kousek dřevěného uhlí zabaleného v organtinovém sáčku, které pohltí nepříjemnou vůni rybího masa. Nebo je namočíme na několik hodin do mléka.

Jak maso upravujeme.

Každé maso můžeme buď *vařiti, péci, smažiti* nebo *dusiti.* Při úpravě masa přihlížejme k tomu, aby se maso stalo stravitelné, aby bylo dostatečně měkké a jeho cenné součástky aby nepřišly nazmar.

Vaření masa. Maso vaříme v osolené vodě, do níž přecházejí z masa cenné látky. Chceme-li, aby do polévky přišlo těchto látek co nejméně, vložíme maso do vody vařící, která srazí bílkoviny na povrchu masa a nepřipustí, aby se z něho mnoho šťav vyloužilo. Vložíme-li maso do studené vody a vaříme-li je na mírném ohni, přejdou téměř všechny cenné látky a šťávy do polévky. Takovou silnou hovězí polévku podáváme nemocným, kteří potřebují posily a zvýšené chuti k jídlu.

Na vaření hovězí polévky jest výhodné použíti speciálních hrnců. Jsou to nádoby s těsně přiléhajícím víkem, v nichž možno teplotu regulovati záklopkami. V těchto hrncích se maso uvaří dříve.

Pečení masa. Při pečení vkládáme maso v pekáči do trouby, kde se peče horkým vzduchem. Jest to nejdokonalejší úprava masa, trvá však nejdéle. Pečeme-li tučnou husu nebo tučné maso vepřové, již je nemastíme. Maso telecí nebo kuřátka nutno hodně omastiti rozpáleným máslem, aby byla šťavnatá.

Smažení masa. Smažíme-li maso, působí na ně rozpálený tuk, který má větší výhřevnost než voda nebo pára. Proto se smažené pokrmy upraví rychle, avšak jsou těžko stravitelné, poněvadž jsou dosti tučné. Proto je méně radno předkládati je k jídlu pozdě večer.

Dušení masa. Při dušení působí na maso pára. Dusíme je obyčejně na plotně v kastrole a občas je podléváme vodou, aby se nepřipálilo. Voda ze šťávy se mění horkem v páru, která působí na maso, že měkne. Proto je podléváme raději méně a častěji. Dobře jest též maso před dušením opéci několik minut v rozpáleném tuku, čímž se srazí bílkoviny na povrchu a maso zůstane šťavnaté a výživné.

ÚPRAVA MASA.

a) Hovězí.

Dušené hovězí maso.

Květové hovězí maso z dobře odleželého kusu lehce opereme neb jen otřeme utěrkou, naklepeme, osolíme a opepříme. Na másle neb sádle si usmažíme kořenovou zeleninu, cibuli a pepř. Osolené maso do usmaženého vložíme a malou chvíli na obou stranách dusíme pokličkou přikryté. Potom maso zalijeme vařící vodou neb polévkou z kostí a udusíme do měkka. Měkké maso vyndáme, vydušenou šťávu zaprášíme moukou, podusíme (aby mouka se upražila) a pak teprve

zalijeme vařící vodou neb polévkou z kostí a omáčku dobře povaříme. Povařenou, dobře prolisovanou omáčkou polijeme nakrájené maso, Maso také můžeme před úpravou protáhnouti slaninou a nakrájené na větší kousky dáti dusiti. — Při dušení můžeme přidati rajské jablíčko.

K upravenému masu podáváme dušenou rýži, zeleninu, nudle a pod.

Rozpočet pro 5 osob: 60 *dkg* květového masa - sůl - tlučený pepř - 10 *dkg* sádla neb másla - 8 *dkg* zeleniny (celer, petržel, mrkev) - 5 *dkg* cibule - 3 zrnka pepře - 3 *dkg* krupičkové mouky. - (Přidáme-li 5 *dkg* slaniny, stačí jen 5 *dkg* sádla.)

Hovězí pečeně.

V kastrole na rozpáleném másle si usmažíme do červena na kolečka nakrájenou mrkev, petržel, celer a cibuli, načež vše zalijeme vodou, přidáme zrnka pepře, nové koření, bobkový list, tymián. Do toho vložíme zadní hovězí maso z kýty, jež jsme dříve lehce opraly, naklepaly, osolily a prostrkaly na klínky nakrájenou slaninou. Maso přiklopíme poklicí a dusíme v troubě při mírném ohni do měkka. Mezi dušením maso obrátíme a poléváme šťavou. Je-li třeba, přilijeme do šťávy trochu vařící vody. Měkké maso vyndáme a nakrájíme na plátky. Zbývající šťávu z masa dáme vypéci, načež ji zasypeme moukou, kterou dáme zasmažiti, pak ji zalijeme odvarem z kostí nebo jen horkou vodou, řádně povaříme, prolisujeme žíněným sítem a povaříme ještě 5—10 minut. Pak přidáme do omáčky nakrájenou hovězí pečeni a podáváme. Jako příkrm podáváme knedlík, rýži, nebo ji obkládáme teplou zeleninou.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* hovězího masa z kýty (květové) nebo roštěnec - 6 *dkg* slaniny - 8 *dkg* másla - zelenina - 5 *dkg* cibule - 1 zrnko nového koření - 5 zrnek pepře - bobkový list - tymián - sůl - 2 *dkg* mouky.

Šťavnatá pečeně.

Naklepané, osolené, slaninou protažené hovězí maso z kýty nebo nízký bok udusíme do měkka se zeleninou a kořením jako hovězí pečeni. Měkké nakrájíme a vložíme do jiné nádoby, podlijeme trochu šťavou a necháme přikryté na teplém místě. Zbylou vypečenou šťávu zaprášíme moukou a podusíme. Pak ji zředíme polévkou z kostí, přidáme podle chuti citr. šťávy, malý kousek kůry, do žluta upražený cukr a několik lžic dobrého červeného vína a omáčku povaříme. Maso urovnáme na mísu, polijeme procezenou šťavou a podáváme k němu kynuté knedlíky nebo moučné noky.

Chutnější a křehčí je pečeně, naložíme-li ji do másla jako svíčkovou pečeni (viz str. 96).

Rozpočet pro 5 osob: 1 *kg* masa z kýty nebo nízkého boku - 6 *dkg* slaniny - sůl - kořenová zelenina (celer, mrkev, petržel) - 8 *dkg* másla - 5 *dkg* cibule - 2 zrnka nového koření - bobkový list - tymián - 4 zrnka pepře - z $^1/_2$ citronu šťáva - malý kousek kůry - $^1/_{16}$ *l* červeného vína - 1 *dkg* cukru - 2 *dkg* mouky.

Cikánská pečeně.

Maso z roštěnce (nízkého boku) zbavíme kostí, lehce opereme, osušíme, naklepeme, osolíme a opepříme. Slaninu, kyselou okurku, očištěnou mrkev, celer a petržel nakrájíme na trojúhelníčky. Ostrým špikovacím nožem uděláme do masa šikmo otvory, střídavě do nich nastrkáme připravenou slaninu, okurky a zeleninu. Pak maso povážeme motouzem. V kastrole rozpálíme máslo, zbytek slaniny a zeleniny do něho vložíme a usmažíme do růžova s nakrájenou cibulí a celým pepřem. Pak přidáme připravené maso, málo je podlijeme vařící vodou, přikryjeme poklicí a v troubě dusíme skoro do měkka. Při pečení poléváme maso šťávou, podléváme vařící vodou a obrátíme je. Potom poklici odstraníme, přilijeme bílé víno a maso upečeme do měkka. Upečenou pečeni vyndáme a nakrájíme, šťávu dáme na plotnu vypéci, načež ji zaprášíme moukou, podusíme, zředíme vařící vodou neb polévkou z vyřezaných kostí, přilijeme ještě podle chuti vína a povaříme ji. Nakrájené maso urovnáme na mísu, prolisovanou šťávou trochu polijeme, ostatní omáčku podáváme v omáčníku. K pečeni podáváme uvařené malé brambory neb dušenou kapustu.

Pečeni můžeme připraviti i bez vína.

Rozpočet pro 5 osob: 1 *kg* roštěnce (nízkého boku - šusu) - sůl - tluč. pepř - 5 *dkg* slaniny - 12 *dkg* zeleniny - 1 kyselou okurku - 10 *dkg* másla - 4 *dkg* cibule - 4 zrnka celého pepře - ⅛ *l* bílého vína na zalití při pečení - 2 *dkg* mouky - 2 lžíce bílého vína.

Znojemská pečeně.

Hovězí nízký bok lehce opereme, osolíme, protáhneme na klínky nakrájenou slaninou a kyselou okurkou. Pak ho dusíme jako šťavnatou pečeni s tím rozdílem, že přidáme při dušení kousek chleba. Do hotové, procezené omáčky nakrájíme na drobné kostečky kyselou okurku.

Rozpočet pro 5 osob: 1 *kg* nízkého boku (šusu) - 5 *dkg* slaniny - 2 menší kys. okurky - sůl - 8 *dkg* másla - kořenová zelenina - 5 *dkg* cibule - 2 zrnka nov. koření - 4 zrnka pepře - citr. kůra i šťáva - 3 *dkg* chleba (samožitného) - 2 *dkg* mouky - 1/16 *l* červeného vína - 1 *dkg* cukru.

Myslivecká pečeně.

Oprané, naklepané a osolené hovězí maso udusíme jako šťavnatou pečeni. Pak zamícháme do procezené omáčky sekanou a oloupanou, na másle usmaženou kys. okurku, rozsekané kapary, strouh. cibulku (šalotku), drobně usekanou citronovou kůru, zelenou petrželku, očištěnou sekanou sardelku, málo kmínu a omáčku nalijeme na nakrájené maso.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* hov. masa - sůl - 5 *dkg* slaniny - 6 *dkg* másla - bob. list - tymián - 8 *dkg* cibule - 2 zrnka nov. koření - 4 zrnka pepře - citr. šťáva i kůra - 1/16 *l* bílého vína - 1 *dkg* cukru - 2 *dkg* mouky. *Na smažení míšeninky:* 2 *dkg* másla - ½ malé kys. okurky - ½ *dkg* kaparů - 1 *dkg* cibulky - kousek citr. kůry - 1 sardelka - a špetka kmínu - zel. petržel.

Hovězí maso na způsob zvěřiny.

Hovězí maso, nejlépe roštěnec (nízký bok), zbavíme kostí, kůže, otřeme utěrkou, vložíme do kamenného hrnce, poklademe na lístky nakrájenou cibulí, polijeme syrovým octem, zatížíme a necháme ve studenu 3—5 dní uležeti. Pak maso osolíme, protáhneme slaninou, v pekáči si usmažíme na másle na koláčky nakrájenou zeleninu, cibuli z nalož. masa, nov. koření, pepř, bob. list, tymián a kousek citr. kůry. Vložíme do něho maso a zalijeme polévkou nebo vodou, pekáč přiklopíme rovněž pekáčem a maso dusíme v troubě 2—3 hodiny. Při dušení poléváme maso šťávou, ve které bylo naloženo. Měkké maso nakrájíme, šťávu zaprášíme moukou, zalijeme vodou nebo polévkou, přidáme víno a citronovou šťávu. Omáčku povaříme, procedíme na maso, které ještě malou chvíli povaříme. Pak maso urovnáme na mísu, polijeme šťávou a podáváme k němu třený knedlík nebo paštičky z máslového těsta s brusinkami.

Rozpočet pro 5 osob: 1 *kg* roštěnce (nízký bok) - ⅛ *l* octa - 5 *dkg* cibule - sůl - 8 *dkg* másla - 5 *dkg* slaniny - zelenina - 2 zrnka nov. koření - 4 zrnka pepře - bobkový list - tymián - citr. kůra - 2 *dkg* mouky - 4 lžíce červeného vína - citronová šťáva (1 citron).

Hovězí maso na slanině.

V kastrole na rozpáleném másle usmažíme si nakrájenou cibuli do červena, přidáme celý pepř, zalijeme vše horkou vodou, přidáme na drobné kostečky nakrájenou slaninu a vše povaříme. Hovězí maso z kýty (nejlépe špičku) prostrkáme na nudličky nakrájenou slaninou, osolíme, vložíme do připravené omáčky, přikryjeme poklicí a udusíme do měkka. Potom maso vyndáme, omáčku necháme vysmahnouti, zaprášíme ji moukou a pražíme tak dlouho, až mouka ztratí syrovou chuť a upraží se. Poté ji zalijeme vařící polévkou neb jen vodou a povaříme. Měkké maso nakrájíme, složíme úhledně na mísu, omáčku procedíme, přidáme do ní kousek dobrého másla, načež část omáčky procedíme na urovnané maso, ostatní podáváme v omáčníku. Kolem masa upravíme smažené francouzské brambory neb k němu podáváme dušenou rýži, bramborovou kaši, spagheti a pod.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* hovězí špičky - 6 *dkg* másla - 8 pepřů - 6 *dkg* cibule - 5 *dkg* slaniny - sůl - 5 *dkg* slaniny na protahování masa - 1½ *dkg* krupičkové mouky - 2 *dkg* másla do hotové omáčky.

Hovězí maso s uzenkami.

Lehce oprané hovězí maso z kýty otřeme, naklepeme a osolíme. Potom do něho uděláme ostrým špičatým nožem dlouhé otvory, do kterých vložíme menší půlky uzenek, načež otvory nad uzenkami zašijeme nebo je zašpejlíme tenkou špejlí. Na rozpáleném másle usmažíme do růžova kořenovou zeleninu na plátky nakrájenou a cibuli, načež přidáme maso, polijeme je máslem a často polévajíce šťávou a podlévajíce polévkou z kostí upečeme je na obou stranách do měkka.

Měkké maso nakrájíme a složíme úhledně na mísu. Šťávu dáme na plotnu vysmahnouti, zaprášíme ji moukou, podusíme, zředíme polévkou z kostí, dobře povaříme a pak prolisujeme. Část ji nalijeme na maso, ostatní podáváme v omáčníku. Do omáčky můžeme přidati několik kapek Maggiho koření. K masu podáváme bramborový salát.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* hovězího masa z kýty - sůl - 3 krátké uzenky (párky) - 10 *dkg* másla - 10 *dkg* kořenové zeleniny (celer, mrkev, petržel) - 4 *dkg* cibule - 2 *dkg* mouky.

Italská pečeně.

Na másle si usmažíme do světlerůžova na kolečka nakrájenou zeleninu, cibuli, celá zrnka pepře, nové koření, citr. kůru, hřebíček. Pak vložíme zadní hovězí maso protažené slaninou a osolené, zalijeme je polévkou z kostí nebo vařící vodou, přikryjeme a dusíme, až je dostatečně měkké. Potom maso vyndáme, šťávu necháme vysmažiti, zaprášíme ji moukou, podusíme, přidáme rozmačkaná rajská jablíčka nebo zavařeninu z rajských jablíček, zalijeme polévkou z kostí, červeným vínem, citr. šťávou a dobře povaříme. Pak omáčku prolisujeme sítem na nakrájené maso. V omáčce se může též povařiti trochu kys. smetany. Při podávání na stůl ozdobíme pečeni vařenými makarony (viz příkrmy, str. 207), které posypeme parmezánským sýrem.

Rozpočet pro 5 osob: 1 *kg* hov. masa zadního - 8 *dkg* slaniny - sůl - 5 *dkg* másla - zelenina - 4 *dkg* cibule - 1 zrnko nového koření - 3 zrnka pepře - zrnko hřebíčku - asi 1 cm^2 citr. kůry - z ½ citronu šťáva - 20 *dkg* rajských jablek nebo 5 *dkg* zavařeniny - 2 *dkg* mouky - $^1/_{16}$ *l* červeného vína (⅛ *l* kys. smetany).

Hovězí pečeně na smetaně.

Na rozpáleném másle si usmažíme do růžova na lístky nakrájenou mrkev, celer, petržel, cibuli a koření, vše zalijeme polévkou z kostí, přidáme osolené, slaninou protažené zadní hovězí maso, přikryjeme a udusíme do měkka. Mezi pečením poléváme maso šťávou, a je-li třeba, přilijeme horké vody nebo polévky. S měkkého masa odstraníme poklici a dáme je do trouby zčervenati. Pak maso vyndáme a nakrájíme, šťávu dáme vysmažiti, zasypeme ji moukou a trochu podusíme. Pak ji zalijeme polévkou z kostí, kyselou smetanou, ve které jest umícháno trochu citronové šťávy, bílého vína a šťávu dobře povaříme. Potom omáčku podle chuti osolíme, okyselíme nebo osladíme do žluta upraženým cukrem a procedíme jemným sítem na maso. Jako příkrm podáváme knedlík, noky a pod.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* hov. masa zadního - sůl - 6 *dkg* slaniny - 5 *dkg* másla - zelenina - 5 *dkg* cibule - bobkový list - tymián - 2 zrnka nov. koření - 5 zrnek pepře - 2 *dkg* mouky - ¼ *l* kyselé smetany - z ½ citronu šťáva - 2 lžíce bílého vína - ½ *dkg* cukru.

Hovězí pečeně na hříbkách.

Hovězí květové maso lehce opereme, otřeme utěrkou, naklepeme a osolíme. Slaninu nakrájíme na klínky a maso jí prostrkáme. Do pekáče dáme zbytky slaniny na kostečky nakrájené, kousek másla,

a když slanina zesklovatí, přidáme do ní nakrájenou cibulku a usmažíme ji. Do usmažené vložíme připravené maso, zalijeme je polévkou z kostí neb jen vařící vodou a v troubě maso upečeme po obou stranách do měkka a do červena. Čerstvé hříbky očistíme a nakrájíme na plátky a opereme. V kastrole rozpálíme kousek másla a kmín; poté přidáme hříbky, které chvíli podusíme. Upečenou pečeni nakrájíme na plátky. Šťávu, ve které se maso peklo, zaprášíme moukou, podusíme ji, načež ji zalijeme vařící vodou, přikapeme několik kapek Maggiho koření, přidáme udušené hříbky a znovu ji povaříme. Nakrájené maso upravíme na mísu, polijeme omáčkou a podáváme k němu dušenou rýži nebo ji obložíme některou dušenou zeleninou.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* květového hovězího masa - sůl - 10 *dkg* slaniny - 8 *dkg* másla - 8 *dkg* cibule - 2 *dkg* krupičkové mouky - 4 kapky Maggiho koření. - Na 5 hříbků - sůl - kmín a 2 *dkg* másla na dušení.

Bavorská pečeně.

Hovězí maso, nejlépe květové, lehce opereme, otřeme utěrkou, špičatým nožem uděláme do něho otvory, které zvětšíme obrácenou vařečkou a naplníme připravenou nádivkou, maso povážeme motouzem a osolíme. V pekáči si usmažíme na rozpáleném másle na lístky nakrájený celer s cibulí, celými zrnky pepře, nov. kořením a citr. kůrou. Do usmaženého vložíme připravené maso nadívanou stranou nahoru, podlijeme je polévkou a dusíme asi ¾ hodiny. Pak maso obrátíme a udusíme je do měkka. Mezi pečením maso poléváme šťávou. Pak je vyndáme, nakrájíme na plátky, šťávu zaprášíme moukou, podusíme, načež ji zalijeme polévkou z kostí a povaříme. Před podáváním přidáme do omáčky červené víno nebo sherry a podle chuti citronové šťávy.

Nádivka. Na kostečky nakrájenou slaninu dáme rozehřát, pak do ní přidáme ustrouhanou cibuli, na jemné kostečky nakrájené vařené vajíčko, šunku, kys. okurku, sekané kapary, zel. petržel, očištěný hříbek, sardeli, tlučenou papriku a směs dobře umícháme.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* květového masa - sůl - 5 *dkg* slaniny - 6 *dkg* másla - 5 *dkg* cibule - malý kousek celeru - 2 zrnka nov. koření - 5 zrnek pepře 1 cm^2 citr. kůry - 2 *dkg* mouky - $^1/_{16}$ *l* vína sherry nebo červeného vína - z ½ citronu šťávy. *Rozpočet na nádivku:* 3 *dkg* slaniny - 3 *dkg* cibulky - 1 vejce - 6 *dkg* šunky - ½ kys. oloup. okurky - ½ *dkg* kaparů - zel. petržel - hříbek (3 *dkg* velký) - 1 sardelka - na špičku nože papriky.

Slovenská pečeně.

Připravuje se jako hovězí pečeně na smetaně, ale před podáváním přidáme do procezené smetanové omáčky na jemné nudličky nakrájenou, ve slané vodě do měkka uvařenou a na másle usmaženou mrkev, celer, petržel a sekané kapary (½ *dkg* kaparů a 6 *dkg* zeleniny).

Dušený roštěnec.

(Boeuf à la Mode. — Hovězí pečeně podle módy.)

Z roštěnce (nízkého boku) vykrájíme kosti, kůže, dáme jej do kamenného kastrolu, potřeme jej všude rozpuštěným, vychladlým

máslem a uložíme do studena na dva dny. Před úpravou odstraníme z masa máslo, ve kterém bylo maso naloženo, roštěnec osolíme, opaprikujeme, prostrkáme střídavě na klínky nakrájenou slaninou, uzeným jazykem, mrkví a kyselou okurkou a povážeme motouzem. V pekáči si dáme rozpálit kousek čerstvého másla a máslo z naloženého masa, usmažíme v něm na lístky nakrájenou zeleninu (mrkev, celer, petržel), cibuli, pepř, přidáme maso, kousek ve víně namočeného chleba, zalijeme vše polévkou z kostí a asi 2 hod. dusíme do měkka. Mezi dušením maso obrátíme. Měkké maso vyndáme, vydušenou šťávu zaprášíme moukou, podusíme, zředíme polévkou z kostí, povaříme, procedíme jemným sítem, načež přidáme několik lžic vína a citr. šťávu a ještě 3 minuty povaříme. Maso nakrájíme na tenké plátky, složíme je do omáčky a v ní necháme asi 15 minut uležeti. Pak ozdobíme na míse úhledně urovnaný roštěnec rýží a zeleninou. Roštěnec se může podávati též studený s hořčicovou omáčkou (viz Omáčky, str. 180).

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* roštěnce (nízký bok) - 8 *dkg* másla na naložení - sůl - paprika - 5 *dkg* slaniny - 6 *dkg* uzeného jazyka nebo uzeného masa - 1 kyselá okurka - 4 *dkg* mrkve - 3 *dkg* másla - zelenina - 4 *dkg* cibule - 4 *dkg* chleba - ¼ *l* červeného vína - 4 zrnka bílého pepře - 2 lžíce citr. šťávy - 2 *dkg* mouky.

Hovězí maso se studenou pikantní omáčkou.

Uvařené hovězí maso (zbytky) nakrájíme na plátky, polijeme je připravenou omáčkou a dáme do studena do druhého dne uležeti. Na míse ozdobíme maso na tvrdo uvařenými vejci a rosolem.

Omáčka. Syrové žloutky, na tvrdo vařené a prolisované žloutky v míse dobře umícháme se solí, pak přikapáváme bedlivě míchajíce jemný, stolní olivový olej, vinný ocet nebo citronovou šťávu, načež mícháme tak dlouho, až je omáčka hustá. Poté zamícháme do ní bílý tlučený pepř, na špičku nože tluč. cukru, hořčici, sekanou petrželku a podle chuti citronové šťávy.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* vařeného hovězího masa - sůl. - *Omáčka:* 2 syrové žloutky - 2 vařené žloutky - sůl - 4—6 lžic oleje - 1 citron - vinný ocet - ½ *dkg* hořčice - 4 zrnka bílého pepře - na špičku nože cukru - zel. petržel - citronová šťáva.

Hovězí pečeně anglická.

(Roastbeef.)

Maso z hovězího roštěnce (hřbetu) prvotřídního kusu, nejlépe volské, dobře odležele, zbavíme kostí, kůže a tuku, naklepeme je, osolíme a opepříme a opečeme je v rozpáleném loji na pekáči v troubě na každé straně 10 minut, a to tak, aby pečeně byla uvnitř krvavá. Pak lůj slijeme, do pekáče nalijeme rozpálené máslo a maso opékáme na každé straně 8 minut, aby se utvořila šťáva. Pak maso tence nakrájíme, polijeme šťávou a pečeni podáváme obloženou různou zeleninou, smaženými brambory, se saláty, ale také jen s hořčicí. Chceme-li připraviti více omáčky, musíme šťávu zaprášiti moukou, zalíti polévkou z kostí a povařiti.

Rozpočet pro 5 osob: 1 *kg* roštěnce (nízký bok) - sůl - pepř - 10 *dkg* loje - 8 *dkg* másla - (1 *dkg* mouky).

Svíčková anglická pečeně.

(Filet de boeuf.)

Odleželou svíčkovou pečeni odblaníme, zbavíme tuku, osolíme, opepříme, protáhneme slaninou a pečeme jako hovězí anglickou pečeni nejdříve na loji, pak na másle a rovněž obloženou podáváme.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* svíčkové - sůl - pepř - 5 *dkg* slaniny - 10 *dkg* loje - 8 *dkg* másla - (1 *dkg* mouky).

Přírodní svíčková pečeně.

Odleželou svíčkovou řádně očištěnou od všech blan a tuku osolíme, opepříme, protáhneme pomocí jehly na nudličky nakrájenou slaninou, načež ji vložíme do pekáče, kde jsme na másle usmažily na lístky nakrájenou cibuli, a dáme do trouby 1¼ hod. péci. Při pečení poléváme maso šťávou a podléváme vodou. Měkkou svíčkovou vyndáme, šťávu, ve které se pekla, dáme na kraji sporáku trochu vypéci, zasypeme moukou, zalijeme hovězí polévkou nebo polévkou z kostí a dobře povaříme. Pak ji procedíme jemným sítem na svíčkovou, kterou v omáčce ještě několik minut povaříme. Nakrájenou svíčkovou podáváme se zeleninou.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* svíčkové - sůl - pepř - 5 *dkg* slaniny - 8 *dkg* másla - 4 *dkg* cibule - 1 *dkg* mouky.

Svíčková s madeirským vínem.

Očištěnou, osolenou, opepřenou a vyslaněnou svíčkovou vložíme na zeleninu a cibuli, kterou jsme nakrájely na lístky a usmažily na másle do červena, přidáme koření a citr. kůru, vše zalijeme polévkou z kostí a upečeme jako svíčkovou přírodní. Pak upravíme právě tak omáčku, do procezené však přidáme několik lžic madeirského vína.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* svíčkové - sůl - pepř - 5 *dkg* slaniny - 8 *dkg* másla - 10 *dkg* zeleniny - 2 zrnka nov. koření - 6 zrnek pepře - tymián - bobkový list - 4 *dkg* cibule - 1 *dkg* mouky - citr. kůra - 4 lžíce madeirského vína.

Svíčková na smetaně.

Naloženou svíčkovou — způsob II. viz str. 96 — dáme do trouby i se zeleninou, cibulí a kořením a když se máslo, ve kterém bylo maso naloženo, rozehřeje, osolíme je, přidáme malý kousek citronové kůry a pečeme v troubě nejdříve bez podlévání tak dlouho, dokud zelenina nezčervená. Pak ji trochu zalijeme vařící vodou neb polévkou z kostí a upečeme svíčkovou (často ji polévajíce šťávou) na všech stranách do měkka a červena. Upečenou svíčkovou nakrájíme, šťávu procedíme, načež z procezené zeleniny odstraníme koření, zeleninu prolisujeme nebo umeleme na masovém strojku a vložíme zpět do šťávy. Takto připravenou šťávu se zeleninou nalijeme do kyselé smetany s rozmíchanou moukou a citronovou šťávou a dobře vše povaříme. Nakrájenou svíčkovou urovnáme na mísu, polijeme dobře omáčkou a zbylou omáčku podáváme v omáčníku. Jako příkrm hodí se houskové

knedlíky, obrovský nebo třený knedlík, ale i opečené brambory.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* svíčkové - 5 *dkg* slaniny - 10 *dkg* zeleniny - 12 *dkg* másla - 5 zrnek pepře - 3 zrnka nov. koření - 1 bobkový list - proutek tymiánu - svíčkovou necháme naloženou 1 den. *Při pečení:* 1 cm^2 citronové kůry - sůl - ¼ *l* kyselé smetany - 3 *dkg* mouky - z ½ citronu šťávy.

Svíčková Colbert.

Připravíme si anglickou svíčkovou pečeni a dáme ji vychladnouti. Studenou potřeme připravenou směsí, svíčkovou obalíme tenkými, slaninovými listy, pak ji zabalíme do spařených kapustových listů, povážeme motouzem, aby slanina a kapusta držela, načež upečeme svíčkovou na rozpáleném másle. Svíčkovou podáváme se šťávou, která se utvořila při pečení anglické svíčkové, viz str. 93.

Směs na potření. Usekáme jemně oloupanou kys. okurku, očištěný hříbek, strouhanou cibulku, kapary, petrželku a sardeli a vše osmažíme trochu na rozpáleném másle (asi 3 minuty). Vychladlou směsí potřeme svíčkovou.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* svíčkové - sůl - pepř - 4 *dkg* slaniny na vyslanění - 6 *dkg* másla - 15 *dkg* slaniny na obalení masa - 6 listů z velké kapusty. *Směs na potření:* 1 loupaná okurka - 1 hříbek - 2 *dkg* cibulky (šalotky) - ½ *dkg* kaparů - na špičku nože citr. kůry - sekaná petržel - 1 sardelka - 2 *dkg* másla.

Svíčková pečeně v máslovém těstě.

Odleželou, odblaněnou, opepřenou a posolenou svíčkovou upečeme nejdříve na loji, pak na másle jako anglickou svíčkovou a dáme ji vychladnouti. Připravené máslové těsto jako na máslový věnec (viz Předkrmy, str. 66) vyválíme na stéblo silný obdélník, do něhož zabalíme svíčkovou, položíme ji na suchý plech, povrchu potřeme těsto umíchaným vajíčkem, načež pečeme svíčkovou v troubě asi 20 minut. Maso musí býti uvnitř krvavé. Potom je nakrájíme a svíčkovou podáváme obloženou zeleninou.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* svíčkové - sůl - pepř - 5 *dkg* slaniny - 8 *dkg* loje - 8 *dkg* másla. - *Máslové těsto:* 12 *dkg* hladké mouky - 12 *dkg* másla - sůl - lžíce bílého vína nebo citronové šťávy - vlahá voda - žloutek - 5 *dkg* mouky na vál - 1 vejce na potření.

Svíčková nadívaná chlebovou nádivkou.

Očištěnou svíčkovou rozkrojíme po délce, ale nedokrojíme, opatrně naklepeme, osolíme a opepříme. Pak ji potřeme připravenou nádivkou, složíme k sobě, povážeme motouzem, povrchu svíčkovou osolíme a vložíme ji na rozpálené máslo s usmaženou zeleninou, cibulí a pepřem. Vše zalijeme polévkou z kostí nebo vodou a pečeme v troubě tak dlouho, až změkne. Měkkou nakrájíme na plátky, šťávu zaprášíme strouhaným chlebem, přidáme víno, citr. šťávu a dobře povaříme. Pak ji procedíme, trochu omáčky nalijeme na maso, ostatní podáváme v omáčníku.



I.



II.



III.



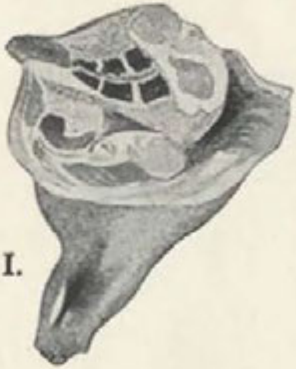
IV.



Hovězí maso

I. květový šál
II. svrchní šál
III. svíčková
IV. nízký hřbet (roštěnec, roštěnka)

1. svrchní šál
2. špička, zadní maso, osekaný ocas
3. nízký hřbet, bok, pod ním svíčková
4. vysoký hřbet, bok
5. péro
6. krk
7. podkrčí
8. plec
9. hrudí a špička hrudí
10. kryté žebro
11. žebrový bok
12. bok pupek
13. koule a karabáček
14. květový šál



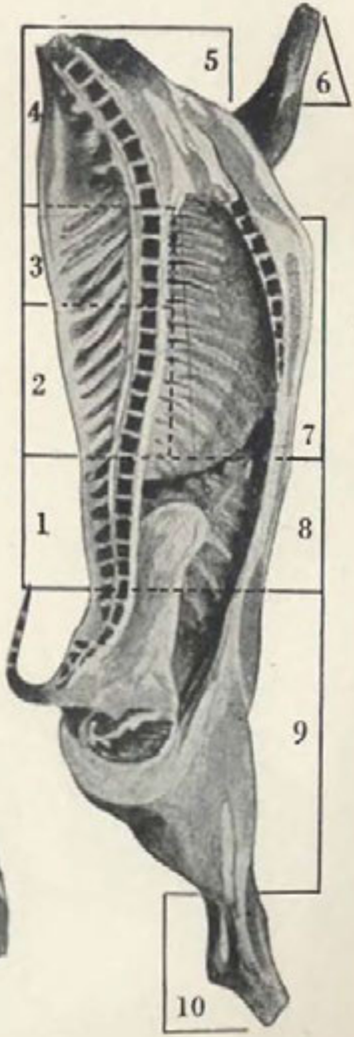
I.



II.



III.



Telecí maso

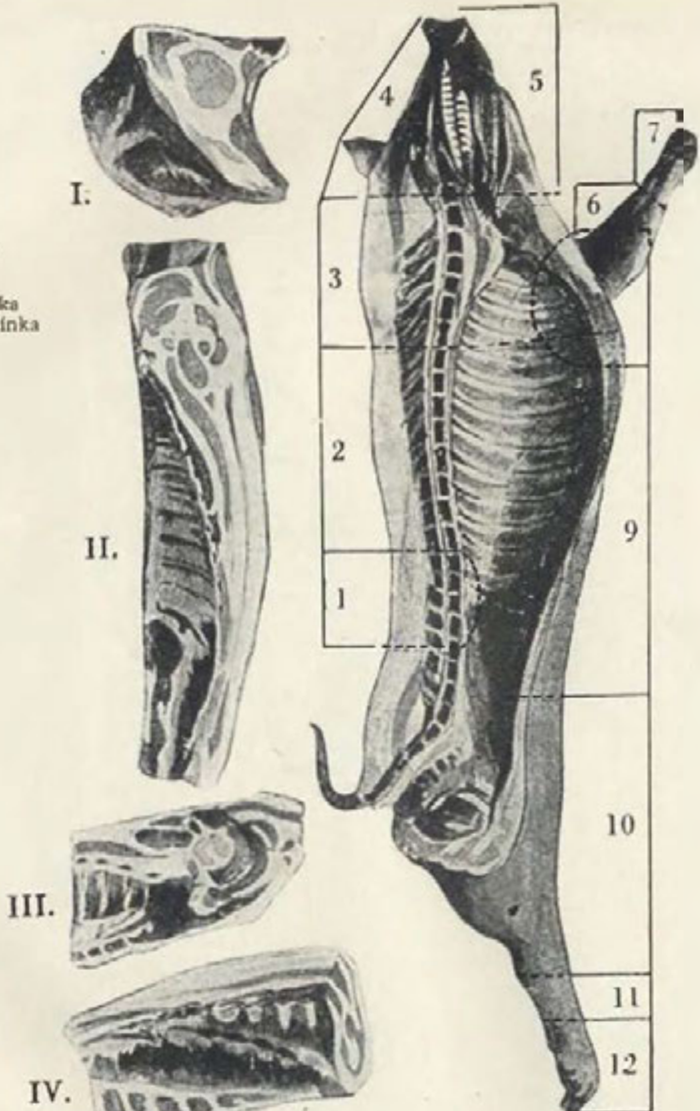
I. kýta
II. hřbet (kotlety)
III. hřbet s ledviny

1. telecí ledvina
2. hřbet (kotlety)
3. přední hřbet s pleckem
4., 5. } krk

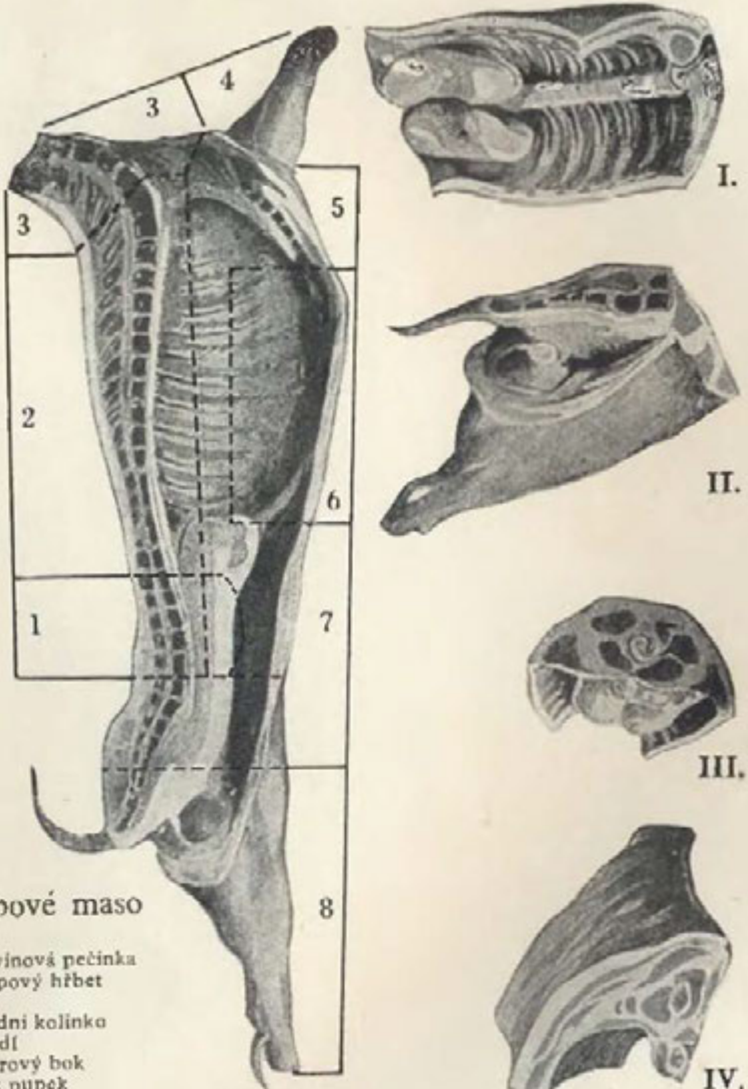
6. přední kolínko
7. hruď, špička hrudi
8. břicho
9. kýta
10. zadní kolínko

Vepřové maso

1. ledvinková pečinka
2. žebirko nebo pečinka
3. přední hřbet
4.—5. hlava
6. plec, raminko nebo lopatka
7. přední kolinko
8. hrudí
9. bůček
10. kýta čili šunka
11. zadní kolinka
12. pazourek



I. kotlety • II. žebirko, pečinka • III. hrudí, špička hrudí • IV. bůček



Skopové maso

1. ledvinová pečinka
2. skopový hřbet
3. krk
4. přední kolínko
5. hrudí
6. žebrový bok
7. bok pupek
8. kýta

I. skopový hřbet s ledvinami • II. kýta • III. ledvinová pečinka • IV. kotlety

Nádivka. Kousek syrového uzeného masa, libového vepřového masa a slaninu umeleme dvakráte na masovém strojku, přidáme sůl, pepř, citr. kůru, zel. petržel, vejce a podle potřeby strouhaného dobrého chleba.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* svíčkové - sůl - pepř - 4 *dkg* másla - 3 *dkg* cibule - 8 *dkg* zeleniny - 4 zrnka pepře - 3 *dkg* chleba - 2 lžíce červeného vína - 1 lžíce citr. šťávy. - *Nádivka:* 6 *dkg* uzeného masa - 10 *dkg* vepřového masa - 6 *dkg* slaniny - sůl - pepř - citr. kůra - zelená petržel - 1 vejce - 5 *dkg* chleba.

Svíčková plněná vařenými vejci.

Odleželou, loje a blan zbavenou svíčkovou rozřízneme, ale nedořízneme, opatrně naklepeme, osolíme, opepříme, pokládáme tenkými plátky slaniny a na tvrdo uvařenými vejci, jimž uřízneme špičky. Pak svíčkovou sbalíme, pováženie motouzem neb sešijeme a povrchu osolíme a opepříme. V pekáči na rozpáleném másle si usmažíme na plátky nakrájenou cibuli, maso do něho vložíme a pečeme v troubě nejdříve na jedné straně asi ½ hod., načež maso obrátíme a pečeme je ještě ½ hodiny na straně druhé. Upečené nakrájíme na silnější plátky, vydušenou šťávu zaprášíme moukou, zalijeme polévkou z kostí, povaříme a procezenou podáváme s paštičkami z máslového těsta naplněnými brusinkami (viz Moučníky, str. 301) nebo studenou s hořčicí.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* svíčkové - sůl - pepř - 10 *dkg* slaniny - 3 vejce - 8 *dkg* másla - 3 *dkg* cibule - 1 *dkg* mouky.

Sekaná svíčková s vejci.

Sekanou pečeni můžeme upraviti z různých zbytků masa. Čím je maso různější, tím jest pečeně chutnější. Není-li zbytků, udusíme na másle kousek svíčkové, kousek vepřového masa, telecího masa, telecí játra, uvaříme si do měkka telecí jazyk a vše dáme vychladnouti. Studené nakrájíme a umeleme se slaninou dvakrát na masovém stroji. Pak vše utlučeme v hmoždíři, přidáme syrová husí játra nebo kachní, utřená, prolisovaná, v mléce namočenou, prolisovanou housku, syrová vejce, sůl, paštikové koření, bílý tluč. pepř, trochu šťávy, jež vznikla při dušení masa (aby byla hmota dosti vláčná), na nudličky nakrájený lanýž, pečárku neb hříbek, trochu madeirského vína nebo rumu a podle potřeby strouhané housky. Vše dobře promícháme, načež polovinu hmoty vložíme do dlouhé, plechové, slaninovými plásty vyložené chlebíčkové formy a poklademe na tvrdo uvařenými vejci, z nichž špičky se seříznou. Na ně urovnáme druhou polovinu hmoty, povrch poklademe slaninovými plásty a pečeni pečeme v páře v troubě ¾—1 hod. Z upečené pečeně slijeme pak tuk a dáme ji vychladnouti. Studenou nakrájíme a ozdobíme rosolem a ředkvičkou. Svíčkovou můžeme připraviti též bez vajec. Podáváme k ní bramborový neb zeleninový salát.

Rozpočet pro 5 osob: 10 *dkg* svíčkové - 10 *dkg* libového vepřového masa - 10 *dkg* telecího masa - 10 *dkg* telecích jater - 5 *dkg* másla na udušení - sůl - 1 malý telecí jazyk - malá husí nebo kachní játra - 5 *dkg* housky - 10 *dkg* slaniny - 3 vejce dovnitř - 2 lžíce madeirského vína nebo rumu - 1 kousek lanýže nebo 1 pečárka nebo 1 hříbek (asi 5 *dkg* těžký) - na špičku nože paštikového koření - 4 zrnka bílého pepře - sůl - 5 *dkg* strouhané housky - 5 vařených vajec.

Nakládání svíčkové neb zajíce.

I. způsob.

Odblaněnou svíčkovou neb zadek zajíce vložíme do kamenné nádoby (kastrolu), načež ji peroutkou potřeme na všech stranách rozpuštěným vychladlým máslem, zbylým máslem ještě polijeme a dáme ji uležeti do hodně studena na 2—3 dny. Máslo po vychladnutí ztuhne a zamezí ve studenu přístup vzduchu a tím rozklad masa. Máslo z naložené svíčkové upotřebíme při úpravě masa na smažení zeleniny. Svíčkovou osolíme a protáhneme slaninou až před úpravou. Při nakládání svíčkovou nesolíme, protože se tím vyluhuje mnoho živných látek a maso jest pak nechutné.

II. způsob.

Odblaněnou svíčkovou neb zadek zajíce protáhneme na nudle nakrájenou slaninou. (Protahujeme vždy po délce vláken masových, abychom pak při krájení svíčkové překrajovaly slaninu i s masem.) Dno pekáče potřeme máslem, na ně položíme několik lístků očištěné kořenové mrkve, celeru, petržele a cibule. Pak vložíme do pekáče na rozloženou zeleninu slaninou protaženou svíčkovou neb zadek zajíce, který pokládáme stejnoměrně též kořenovou mrkví, celerem, petrželí, cibulí na koláčky rozkrájenou, přidáme 1 bobkový list, proužek tymiánu, několik celých pepřů a nové koření. Takto upravenou svíčkovou neb zajíce polijeme v pekáči všude stejnoměrně rozpuštěným, vychladlým máslem a dáme do studena do druhého dne uležeti. Před úpravou vložíme pekáč s naloženým masem do trouby a když se máslo rozehřeje, svíčkovou neb zadek zajíce osolíme, přidáme rajské jablíčko a pečeme nejdříve bez podlévání, až zelenina zčervená, pak teprve maso náležitě zalijeme a pečeme do změknutí při občasném polévání šťávou. Viz úpravu, str. 93.

III. způsob, neboli nakládání do mořidla.

Vodou zředěný ocet povaříme 5 minut s kořením, málo soli, na lístky nakrájenou kořenovou zeleninou (mrkev, celer, petržel) a cibulí a dáme vychladnouti. Vychladlé mořidlo nalijeme na odblaněnou, slaninou protaženou svíčkovou neb zadek zajíce, maso zatížíme a dáme uležeti do studena v létě 2—3 dny a v zimě 4—5 dnů. Každý den maso obrátíme. Při pečení zaléváme svíčkovou neb zadek zajíce mořidlem. Na tento způsob nakládáme i jiné druhy masa, jako: hovězí maso z kýty, roštěnec, skopové, zvěřinu a podobné.

Rozpočet: na 1 *kg* svíčkové neb zadek zajíce. *I. způsob:* 15 *dkg* másla. *II. způsob:* 8 *dkg* slaniny - 12 *dkg* zeleniny - 5 *dkg* cibule - 10 pepřů - 1 bobkový list - 1 proutek tymiánu - 3 zrnka nov. koření - 15 *dkg* másla. *III. způsob:* $\frac{3}{8}$ *l* vody a $\frac{3}{8}$ *l* octa - 12 *dkg* zeleniny - 8 *dkg* cibule - málo soli - 5 zrnek pepře - 3 zrnka nov. koření - 1 bobkový list - 1 proutek tymiánu.

Anglické beefsteaky.

Z dobře odleželé svíčkové nakrájíme si asi na 4 *cm* tlusté řízky, které nožem naklepeme, zakulatíme, dáme do rozpuštěného másla

nebo olivového oleje uležeti do studena na 2—3 hodiny. Pak je osolíme, opepříme, vložíme do rozpáleného másla, ve kterém je prudce opečeme na každé straně 4 minuty. Beefsteak urovnáme na mísu, na každý položíme sázené vejce (viz Pokrmy z vajec, str. 79), podlijeme zbylým máslem a ihned podáváme. Takto upravené beefsteaky pekou se také na rošti. Při pečení potírají se nejdříve čistým lojem a pak rozpuštěným máslem. Na stůl podávají se s hořčicí.

Rozpočet pro 5 osob: 5 beefsteaků (à 20 *dkg* velký) - sůl - pepř - $^1/_{10}$ *l* oleje - nebo 8 *dkg* másla na uležení a 8 *dkg* másla na pečení beefsteaků.

Dušené beefsteaky.

Ze svíčkové si nakrájíme beefsteaky, nožem je naklepeme, pěkně zakulatíme, osolíme, opepříme, obalíme je v mouce a v dobře rozpáleném tuku opečeme na pánvi na každé straně 3 minuty. Opečené beefsteaky klademe do kastrolu na drobně nakrájenou, na másle usmaženou cibulku, zalijeme je polévkou z kostí, přikryjeme poklicí a udusíme do měkka. Udušené beefsteaky urovnáme na míse, polijeme trochu šťávou, ostatní šťávu podáváme zvlášť v omáčníku.

K beefsteakům podáváme smažené brambory.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* svíčkové - sůl - 5 zrnek utluč. pepře - 3 *dkg* mouky - 4 *dkg* loje - 4 *dkg* cibule - 5 *dkg* másla.

Poznámka. Beefsteaky naklepáváme nejlépe plochým sekáčkem neb širokým nožem, který občas namočíme do studené vody, aby se maso nechytalo. Palička maso příliš roztluče, čímž pozbývá mnoho šťávy.

Škrábaný beefsteak.

Hovězí maso z plece uškrábeme nožem tak, aby se odstranily všechny kůže a žilky. Do takto upraveného masa přilijeme trochu studené vody, dobře zamícháme celé vejce, strouhanou cibuli, tlučený pepř a sůl, načež uděláme kulaté beefsteaky, obalíme je moukou a upečeme rychle na čerstvém másle po každé straně 4 minuty. Poté je podlijeme vařící vodou a povaříme. Pak urovnáme beefsteaky na mísu a hned je podáváme ozdobené sázenými vejci, smaženými brambory a hlávkovým neb okurkovým salátem.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* hovězího masa - 1 menší lžíce vody - 2 vejce - 3 *dkg* strouh. cibule - sůl - 5 zrnek tluč. pepře - 5 *dkg* mouky - 5 *dkg* másla.

Beefsteak à la Tartare. (Syrový beefsteak.)

Čerstvou syrovou svíčkovou uškrabeme nožem tak, aby v ní nebyly žádné kůžičky a žilky. Pak maso sekáme nožem asi ¼—½ hod., aby z toho vznikla jemná masová kaše. Potom ji osolíme, upravíme z ní kulatý beefsteak, položíme jej na talíř, doprostřed uděláme důlek, do kterého nalijeme syrové celé vajíčko nebo jen žloutek. Povrchu vejce osolíme, celý beefsteak opepříme a podáváme s nakrájenou syrovou cibulí.

Rozpočet na 1 beefsteak: 20 *dkg* svíčkové - sůl - 3 zrnka pepře - 1 vejce - 4 *dkg* cibule.

Sekané beefsteaky.

Očištěnou svíčkovou nebo hovězí křehké maso, telecí maso a slaninu nakrájíme, přidáme k tomu ve vodě namočenou housku a vše umeleme na masovém stroji. Zvlášť si umícháme kousek másla se solí a vejcem, přidáme maso, tlučený pepř a na másle udušené, sekané hříbky, vše dobře umícháme, načež uděláme 5 kulatých beefsteaků, obalíme je moukou a opečeme je po obou stranách na rozpáleném másle. Pak je vložíme na nakrájenou, na másle usmaženou cibulku, zalijeme polévkou z kostí a dusíme je ½ hodiny pod poklicí. Urovnáme je na mísu a ozdobíme sázenými vejci. Procezenou omáčku podáváme v omáčníku.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* svíčkové - 25 *dkg* telecího masa z plece - 4 *dkg* slaniny - 4 *dkg* housky - 3 *dkg* másla na umíchání - sůl - 1 vejce - 4 zrnka pepře - 2 malé hříbečky - (1 *dkg* másla) - 4 *dkg* mouky - 5 *dkg* másla na opečení - 5 *dkg* másla na usmažení cibule - 3 *dkg* cibule.

Beefsteaky na víně.

Z dobře odleželé svíčkové pečeně nakrájíme beefsteaky. Pak je rukou naklepeme, osolíme, opepříme, obalíme moukou a pečeme je na rozpáleném másle na každé straně 4 minuty. Poté je zaprášíme moukou, podusíme, zalijeme vařící vodou a bílým vínem a v omáčce je malou chvilku povaříme. Horké upravíme na mísu, polijeme je procezenou šťávou, podáváme k nim různě dušenou zeleninu neb se smaženými francouzskými brambory.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* svíčkové pečeně (syrové) - sůl - pepř - 3 *dkg* mouky - 10 *dkg* másla - 3 lžíce bílého vína - ½ *dkg* mouky.

Sekané hovězí řízky.

Maso ze svíčkové zbavíme blan a umeleme je dvakráte na masovém strojku s houskou namočenou ve vodě. Pak do něho zamícháme sekanou slaninu, sardeli, strouhanou citronovou kůru, sůl, tlučený pepř a tolik kyselé smetany, aby se z toho daly dělati 2 *cm* vysoké řízky. Poté je obalíme málo moukou a osmažíme na sádle 4 minuty. V kastrole si dáme rozpálit máslo, řízky do něho vložíme, zalijeme je smetanou, ve které jsme umíchaly 2 žloutky a mouku, a dusíme je asi ¼ hodiny. Urovnáme je na míse a polijeme omáčkou.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* svíčkové - 5 *dkg* housky - sůl - 6 *dkg* slaniny - 1 sardeli - 1 cm^2 citr. kůry - 4 zrnka tluč. pepře - 5 *dkg* sádla - $^1/_{16}$ *l* smetany do masa - 5 *dkg* másla - ¼ *l* kyselé smetany - 2 žloutky - 2 *dkg* mouky.

Haše z vařeného hovězího masa.

Vyvařené hovězí maso z polévky umeleme na masovém strojku s nakrájeným syrovým vepřovým masem a houskou namočenou ve vodě. Do umletého přidáme sůl, na másle usmaženou cibuli, tlučený pepř, citronovou kůru i šťávu, trochu majoránky, na kostečky nakrá-

jenou slaninu a vejce. Podle potřeby haši zředíme polévkou z kostí, přidáme suchou strouhanou housku a dobře ji promícháme. Pekáč vymažeme sádlem, vysypeme strouhanou houskou, hmotu do něho upravíme, povrch pokapeme rozpáleným sádlem neb rozpuštěnou, nakrájenou slaninou a haši pečeme asi 1 hodinu. Pečenou upravíme na mísu a podáváme k ní opečené brambory a zelí neb bramborový salát.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* vařeného hovězího masa - 25 *dkg* syrového vepřového tučného masa - sůl - 2 housky na namočení - 2 *dkg* másla - 3 *dkg* cibule - trochu tluč. pepře - z půl citr. kůra i šťáva - špetka majoránky - 4 *dkg* slaniny dovnitř - 1 vejce - 4—6 lžic polévky - 5 *dkg* strouh. housky - 2 *dkg* slaniny neb sádla - 3 *dkg* sádla do pekáče a 3 *dkg* strouhané housky.

Myslivecké řízky.

Z hovězí plece nakrájíme si řízky, připravíme a udusíme je se zeleninou do měkka jako řízky námořnické (viz str. 99). Když jsou měkké, vyndáme je, šťávu dáme vydusiti, pak ji zaprášíme moukou, podusíme, zalijeme polévkou, povaříme a procedíme. Před podáváním přidáme do omáčky sekané lapary, citronovou šťávu, podle chuti červeného vína a upražený cukr.

Rozpočet pro 5 osob: 5 řízků po 12 *dkg* - sůl - 5 *dkg* slaniny - 3 *dkg* mouky - 3 *dkg* loje nebo sádla - 4 *dkg* másla - 8 *dkg* zeleniny - 4 *dkg* cibule - 1 jalovec - 2 zrnka nov. koření - 5 zrnek pepře - tymián a bob. list - 2 *dkg* mouky na zaprášení - 1 *dkg* kaparů - $^1/_{16}$ *l* vína - 1 *dkg* cukru - z ½ citronu šťáva.

Hovězí řízky.

Z květového masa si nakrájíme řízky. Pak je naklepeme, osolíme, opepříme, obalíme v mouce a zprudka je na sádle opečeme po obou stranách asi celkem 5 minut. V kastrole si usmažíme na másle drobně nakrájenou cibulku, do ní vložíme opečené řízky, zalijeme je vařící vodou nebo polévkou z kosti, dobře přikryjeme poklicí a udusíme do měkka. Pak urovnáme řízky na mísu a polijeme je procezenou šťávou. Do šťávy můžeme přidati 5 kapek Maggiho koření.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* masa - sůl - 4 zrnka pepře - 5 *dkg* mouky - 4 *dkg* sádla - 6 *dkg* másla - 4 *dkg* cibule.

Řízky po námořnicku.

Z hovězího masa, nejlépe z kýty, si nakrájíme řízky, naklepeme je, protáhneme na nudličky nakrájenou slaninou, osolíme, obalíme lehce v mouce a zprudka opečeme na sádle nebo loji. Pak je vložíme do kastrolu, kde jsme na másle usmažily na lístky nakrájenou zeleninu, cibuli, několik celých pepřů, nové koření, tymián, jalovec a bobkový list. Pak je zalijeme polévkou z kostí a udusíme je do měkka. Poté urovnáme řízky na mísu, šťávu nalijeme do kyselé smetany s rozmíchanou moukou a povaříme ji dobře stále míchajíce. Část povařené, procezené omáčky nalijeme na řízky, ostatní podáváme v omáčníku. Také můžeme připraviti omáčku bez smetany. Pouze ji zaprášíme moukou, podusíme, zředíme vodou, povaříme a procedíme.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* masa - sůl - 5 *dkg* slaniny - 3 *dkg* mouky - 4 *dkg* sádla nebo loje - 4 *dkg* másla - 8 *dkg* zeleniny - 4 *dkg* cibule - 4 zrnka pepře - 2 zrnka nov. koření - 1 bobule jalovce - bobkový list - tymián - ⅛ *l* kys. smetany - 2 *dkg* mouky.

Hovězí závitky s uzeným masem I.

Hovězí maso z kýty (květové) nakrájíme na tenké řízky, naklepeme je paličkou, osolíme, opepříme, poklademe tenkými plátky slaniny, načež přidáme sekané, vařené uzené maso, kyselou sekanou okurku, řízky zatočíme, aby dobře držely, spojíme je na nudličky nakrájenou slaninou (jehlou na protahování), lehce je obalíme moukou a opečeme na rozpáleném sádle. V jiném kastrole si usmažíme na másle drobně nakrájenou cibulku, závitky na ni vložíme, zalijeme je vařící vodou a dusíme je dobře přikryté do měkka. Pak je urovnáme na mísu, polijeme procezenou šťávou a podáváme s bramborovou kaší.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* květového masa - sůl - 4 zrnka pepře - 8 *dkg* slaniny - 4 *dkg* sádla - 10 *dkg* uzeného masa - 1 malá kyselá okurka - 3 *dkg* mouky - 2 *dkg* másla - 4 *dkg* cibule.

Hovězí závitky plněné II.

Nakrájené hovězí řízky naklepeme, osolíme, potřeme nádivkou, zatočíme na závitky, které spojíme na nudličky nakrájenou slaninou. Poté je osolíme, obalíme v mouce a opečeme na sádle. Pak si usmažíme na sádle, které zbylo z opečených řízků, drobně nakrájenou cibulku, zalijeme ji vařící vodou nebo polévkou, závitky do ní vložíme a udusíme do měkka. Pak šťávu málo zaprášíme moukou, zředíme, povaříme a procedíme na závitky. Omáčku můžeme připraviti též s kyselou smetanou. K masu podáváme bramborové kuličky.

Nádivka: Do umíchaného sádla se solí a pepřem zamícháme na masovém stroji umleté syrové vepřové a uzené maso, přidáme vejce, 2 lžičky kyselé smetany, strouhanou cibuli a strouhanou housku. Dobře umíchanou nádivkou potíráme řízky. Do této nádivky můžeme přidati též utřenou sardeli, zel. petržel a citron. kůru.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* masa - sůl - 5 *dkg* slaniny - 2 *dkg* mouky - 4 *dkg* sádla - 4 *dkg* cibule - 2 *dkg* mouky. - *Nádivka:* 5 *dkg* sádla - sůl - 3 zrnka pepře - 12 *dkg* vepřového masa - 5 *dkg* uzeného masa - 1 vejce - 2 lžičky kyselé smetany - 2 *dkg* cibule - 3 *dkg* strouhané housky.

Hovězí závitky s uzenkou.

Hovězí řízky otřeme utěrkou, naklepeme, osolíme, opepříme, posypeme je cibulkou drobně nakrájenou a na másle usmaženou do bledě růžova, na ni položíme půlky uzenky neb ¼ uzené moravské klobásy. Řízky zatočíme, povážeme motouzem neb spojíme nakrájenou slaninou, obalíme je moukou a opečeme zprudka na čistém, rozpáleném loji na každé straně 2 minuty. Potom je urovnáme do jiného kastrolu na cibulku nakrájenou a usmaženou na másle, zalijeme je vařící vodou,

přikryjeme poklicí a udusíme do měkka na mírném ohni. Měkké závitky zbavíme motouzu a složíme je na mísu. Do šťávy přidáme hořčici a červené víno a malou chvíli ji povaříme. Pak ji procedíme, část nalijeme na maso, ostatní podáváme zvlášť. K masu podáváme vařené spagetti neb udušenou skelnou rýži.

Rozpočet pro 5 osob: 5 hovězích řízků à 12 *dkg* - sůl - 5 zrnek tluč. pepře - 1 *dkg* másla - 3 *dkg* cibule - 5 půlek párků (uzenek) - neb 12 *dkg* moravské uzené klobásy - 4 *dkg* slaniny - 4 *dkg* mouky - 3 *dkg* loje na opečení - 3 *dkg* másla - 3 *dkg* cibule - 3 lžíce hořčice - 3 lžíce červeného vína.

Dušené roštěnky.

Z nízkého boku si nakrájíme roštěnky, kůžičku po straně dvakráte nařízneme, otřeme je utěrkou, osolíme, opepříme, obalíme v mouce a v čistém loji opečeme na pánvi po obou stranách. Ve větším kastrole na másle si usmažíme drobně nakrájenou cibulku, zalijeme ji vařící vodou nebo polévkou z kostí, přidáme opečené roštěnky, přikryjeme je pokličkou a udusíme do měkka. Pak urovnáme roštěnky na mísu a polijeme je procezenou šťávou. Také můžeme připraviti šťávu s kyselou smetanou a s udušenými houbami.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* nízkého boku roštěnce - sůl - 5 zrnek pepře - 4 *dkg* mouky - 4 *dkg* loje - 3 *dkg* másla - 4 *dkg* cibule - (⅛ *l* kyselé smetany - 5 *dkg* čerstvých hříbků - 2 *dkg* másla na dušení).

Rychlé roštěnky (vídeňské).

Z dobře odleželého roštěnce (nízkého boku) si nakrájíme 1 *cm* silné roštěnky, zlehka je paličkou naklepeme, osolíme, opepříme, lehce obalíme moukou a rychle opečeme na pánvi na rozpáleném másle po obou stranách (celkem 10 minut). Pak je urovnáme na mísu. Máslo, ve kterém se opékaly, málo zředíme polévkou, přidáme kousek čerstvého másla, povaříme a nalijeme na roštěnky, které posypeme povrchu na proužky nakrájenou a na másle usmaženou cibulí a ihned podáváme na stůl. (Jen z dobře odleželého roštěnce jsou měkké.)

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* roštěnce - sůl - 5 zrnek pepře - 6 *dkg* másla - 1 *dkg* mouky - 4 *dkg* cibule - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* másla do šťávy.

Pikantní roštěnky.

Připravíme si roštěnky podle předpisu na roštěnky dušené, avšak místo pepře dáme papriku. Udušené vyndáme na mísu, procezenou šťávu nalijeme do kyselé smetany, ve které jsme umíchaly mouku, papriku a citronovou šťávu, a omáčku dobře povaříme. Před podáváním vložíme do omáčky na másle usmaženou, na jemné nudličky nakrájenou mrkev, celer, petržel.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* roštěnek - sůl - paprika - 3 *dkg* mouky - 8 *dkg* loje nebo sádla - 4 *dkg* másla - 5 *dkg* cibule - 2 *dkg* mouky - ¼ *l* kyselé smetany - 6 *dkg* zeleniny - 2 *dkg* másla - na špičku nože papriky - citronová šťáva z půl citronu.

Roštěnky Esterházyovy.

Nakrájené roštěnky naklepeme, osolíme, opepříme, obalíme moukou a opečeme na čistém tuku po obou stranách. V kastrole si usmažíme na másle do růžova na lístky nakrájený celer, petržel, mrkev, cibuli, několik zrnek pepře, nové koření, bobkový list a citronovou kůru. Pak zalijeme vše trochu octem a polévkou, vložíme do toho opečené roštěnky, přikryjeme je pokličkou a udusíme do měkka. Potom opět přendáme roštěnky do jiné nádoby, zbylou šťávu nalijeme do kyselé smetany, ve které jsme umíchaly mouku, citronovou šťávu, bílé víno, a omáčku povaříme. Pak ji procedíme, nalijeme na roštěnky, přidáme k nim na másle usmaženou, na nudličky nakrájenou zeleninu a sekané kapary a roštěnky povaříme ještě malou chvíli v omáčce. Pak je podáváme polité omáčkou.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* roštěnce - sůl - pepř - 3 *dkg* mouky - 3 *dkg* loje nebo sádla - 5 *dkg* másla - zelenina - 5 *dkg* cibule - 4 zrnka pepře - 2 zrnka nového koření - bobkový list - citronová kůra - 2 lžíce octa - ⅛ *l* kyselé smetany - 2 *dkg* mouky - z ½ citronu šťáva - $^1/_{16}$ *l* bílého vína - 4 *dkg* zeleniny (celer, petržel, mrkev) - ½ *dkg* kaparů - 2 *dkg* másla na usmažení zeleniny.

Uherské roštěnky.

Opečené roštěnky (jako při dušených roštěnkách) vložíme do kastrolu, ve kterém jsme usmažily do růžova na rozkrájené a rozpuštěné slanině drobně nakrájenou cibulku a papriku, zalijeme je polévkou z kostí a pod poklicí dusíme půl hodiny. Poté vložíme roštěnky do jiné nádoby, zbylou šťávu zahustíme řídkou, světležlutou jíškou, načež ji zředíme přiměřeně polévkou, povaříme a nalijeme na roštěnky. Pak přidáme k masu malé syrové brambory (jsou-li větší, nakrájíme je na kostečky) a vše v omáčce udusíme do měkka. Při dušení roštěnek můžeme přidati rajské jablíčko, čímž zlepšíme omáčku.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* roštěnce - sůl - pepř - 3 *dkg* mouky - 3 *dkg* čistého hovězího loje - 5 *dkg* slaniny - 4 *dkg* cibule - na špičku nože papriky - 1 rajské jablíčko - 3 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky - 40 *dkg* brambor nebo 10 kusů maličkých brambůrků.

Roštěnky na slanině.

Utěrkou utřené roštěnky zbavíme kostí (upotřebíme jich na zalití roštěnek), naklepeme je, osolíme, posypeme paprikou, na každou položíme na nudličky nakrájenou slaninu a cibuli. Pak roštěnky zatočíme, povážeme tenkým motouzem, nebo je spojíme na nudličky nakrájenou slaninou, obalíme je moukou a opečeme na sádle. V kastrole na nakrájené slanině si usmažíme drobně nakrájenou cibuli, přidáme opečené závitky, zalijeme je polévkou z kostí a pod poklicí je udusíme do měkka. Pak je zbavíme motouzku, urovnáme na mísu a polejeme procezenou šťávou.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* roštěnce - sůl - paprika - 8 *dkg* slaniny - 6 *dkg* cibule - 5 *dkg* mouky - 4 *dkg* sádla - 2 *dkg* slaniny - 4 *dkg* cibule.

Bavorské roštěnky.

Kosti zbavené, tence naklepané roštěnky osolíme, opepříme, potřeme připravenou nádivkou, zabalíme je a povážeme motouzkem. Zabalené roštěnky dáváme jednu vedle druhé do pekáče na rozpálené máslo s usmaženou cibulkou, zalijeme je polévkou z kostí a udusíme do měkka. Poté roštěnky vyndáme, šťávu na okraji plotny vydusíme, načež ji zaprášíme moukou, podusíme, zalijeme zeleninovou polévkou a dobře ji povaříme. Pak nalijeme omáčku na roštěnky, které jsme zbavili motouzku. Také můžeme před vydušením nalíti šťávu do kyselé smetany s umíchanou moukou a dobře povařenou nalíti na roštěnky.

Nádivka: Do umíchaného másla se solí a tlučeným pepřem přidáme vejce, drobně nakrájenou šunku, na tenké plátky nebo na kostečky nakrájené vařené brambory a kyselou smetanu.

Rozpočet pro 5 osob: 5 roštěnek - sůl - pepř - 6 *dkg* másla - 5 *dkg* cibule - 4 *dkg* mouky - ⅛ *l* kyselé smetany. - *Nádivka:* 3 *dkg* másla - sůl - pepř - 15 *dkg* šunky - 1 vejce - 30 *dkg* brambor syrových (pak uvařených) - 2 lžíce kyselé smetany.

Obyčejný guláš.

Hovězí maso přední (od péra) a vepřové raménko lehce opereme, zbavíme kostí, nakrájíme na kostky, osolíme a posypeme paprikou. V kastrole na nakrájené slanině a rozpáleném másle nebo sádle si usmažíme do růžova drobně nakrájenou cibulku, načež do ní vložíme připravené hovězí maso, které dusíme 20 minut, pak přidáme maso vepřové a vše dusíme opět 20 minut. Potom zaprášíme šťávu moukou, kterou podusíme tak, aby ztratila syrovou chuť, přidáme podle potřeby horké polévky nebo vody a guláš udusíme do měkka. Pak jej urovnáme na mísu a polijeme procezenou šťávou.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* hovězího masa - 24 *dkg* vepřového masa - sůl - paprika - 6 *dkg* slaniny - 3 *dkg* másla nebo sádla - 6 *dkg* cibule - 3 *dkg* mouky.

Hovězí guláš s bramborovými nočky.

Očištěné hovězí maso (květový šál) nakrájíme na gulášové kousky. Na sádle neb másle usmažíme si drobně nakrájenou cibulku do růžova, přidáme k ní papriku, kmín, nakrájená rajská jablíčka neb pastu z rajských jablíček a podusíme. Pak přidáme maso, osolíme je a chvíli dusíme. Po chvíli maso zalijeme vařící vodou a dusíme až skoro změkne. Zvlášť si připravíme řídkou máslovou jíšku, zavaříme ji do guláše současně s bramborovými nočky, a vše dobře povaříme. Měkké maso i s nočky vyndáme drátěnou naběračkou na mísu a procezenou šťávou polijeme. K této úpravě guláše můžeme přidati též kousek vepřového masa. — Guláš podáváme samostatně (bez příkrmu).

Bramborové nočky do guláše. Uvařené horké brambory oloupáme, rozstrouháme, osolíme a posypeme krupičkovou moukou. Pak je spojíme celým vajíčkem v těsto a lehce propracujeme. Z těsta upravíme tenké kulaté válečky, nakrájíme je na hodně malé nočky (kousky) a zavaříme do guláše.

Rozpočet pro 5 osob: 70 *dkg* hovězího květového masa neb 50 *dkg* hovězího a 20 *dkg* vepřového ramínka - 6 *dkg* cibule - 8 *dkg* sádla neb másla - paprika - kmín - 3 rajská jablíčka neb 4 *dkg* pasty z rajských jablíček - sůl - 2 *dkg* másla - 1 *dkg* mouky. - *Nočky:* 20 *dkg* brambor - sůl - 10 *dkg* krupič. mouky - 1 vejce.

Hovězí guláš I.

Hovězí maso nakrájíme na stejné kousky. Na čistém hovězím tuku nebo na vepřovém sádle usmažíme nakrájenou cibulku hodně do červena, načež přidáme papriku a hned zalijeme polévkou nebo vařící vodou, aby se cibulka nespálila. Potom vložíme do kastrolu nakrájené maso, přiměřeně je osolíme, opepříme, přidáme stroužek utřeného česneku (který můžeme vynechati), trochu kmínu a majoránky a vše dusíme pod pokličkou asi 1½ hodiny. Mezi dušením přiléváme polévku, aby se maso nepřipálilo. Když se dusí maso asi 1½ hod., nepřiléváme již polévky, ale dusíme maso na omastku, načež je zaprášíme moukou, kterou pražíme 2 minuty, pak zalijeme polévkou, a to tak, aby omáčka byla přiměřeně hustá, a vše povaříme ještě asi ½ hodiny. Měkké maso vybereme drátěnou naběračkou na mísu a polijeme procezenou omáčkou.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* masa hovězího z noh nebo přední maso - 5 *dkg* loje nebo sádla - 8 *dkg* cibule - na špičku kulatého nože papriky - 4 zrnka pepře - sůl - 1 malý stroužek česneku - trochu majoránky a kmínu - 3 *dkg* mouky.

Hovězí guláš II.

Na kostečky nakrájenou slaninu dáme rozehřáti do kastrolu. Poté v ní usmažíme do růžova drobně nakrájenou cibulku, přidáme cukr, strouhanou housku, sůl, 2 lžíce octa, zalijeme vodou nebo polévkou a povaříme 5 minut. Pak přidáme na kostečky nakrájené maso, kastrol přiklopíme a maso udusíme do měkka. Pak je urovnáme na mísu a polijeme omáčkou s několika kapkami Maggiho koření.

Rozpočet pro 5 osob: 25 *dkg* slaniny - 5 *dkg* cibule - 4 *dkg* cukru (t. j. 2 lžíce) - 6 *dkg* strouhané housky (3 lžíce) - lžic octa - 75 *dkg* masa - sůl.

Hamburský guláš.

Lehce oprané hovězí maso nakrájíme na malé kostky. Právě tak si připravíme vepřové maso. V kastrole na másle a nakrájené slanině usmažíme do růžova drobně nakrájenou cibulku, tluč. palčivou a sladkou papriku. Poté přidáme hovězí maso, osolíme je a dusíme, až poněkud změkne. Potom přidáme osolené vepřové maso, trochu kmínu, majoránky a na čtvrtky nakrájená opraná jablíčka a maso dusíme tak dlouho, až vysmahne a šťáva zčervená. Všechno dobře zamícháme, zaprášíme moukou a podusíme. Načež za lijeme guláš polévkou z kostí neb jen vařící vodou a dusíme tak dlouho, až maso uměkne. Poté maso vybereme drátěnou naběračkou na mísu a polijeme je procezenou omáčkou. Ke guláši podáváme dušenou rýži nebo opečené brambory.

Rozpočet pro 5 osob: 30 *dkg* hovězího - 30 *dkg* vepřového masa - 4 *dkg* másla nebo hovězího tuku - 4 *dkg* slaniny - 6 *dkg* cibule - na špičku nože pálivé papriky - ½ kávové lžičky sladké papriky - kmín - špetka majoránky - 4 prostředně velká rajská jablíčka - 3 *dkg* mouky.

Italský guláš.

V kastrole si usmažíme na rozpáleném másle drobně nakrájenou cibulku do červena, pak přidáme papriku a na drobné kostečky nakrájené, lehce oprané hovězí maso, sůl a dusíme asi 1 hodinu. Mezitím si připravíme světležlutou, řídkou jíšku, zředíme ji polévkou nebo vařící vodou, přimísíme do ní kaši z prolisovaných rajských jablíček, na krátké kousky nakrájené makarony (dříve povařené v osolené vodě asi 15 minut) a vše nalijeme na maso, které povaříme v omáčce. Pak je i s omáčkou na míse posypeme strouhaným parmezánským sýrem.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* masa - sůl - paprika - 6 *dkg* másla neb 5 *dkg* sádla - 8 *dkg* cibule. - *Jíška* ze 3 *dkg* másla a 3 *dkg* mouky - lžíce kaše z rajských jablíček (nebo zavařeniny z rajských jablíček) - 10 *dkg* makaronů - 2 *dkg* parmezánského sýra.

Znojemský guláš.

Přední hovězí maso nebo svíčkovou nakrájíme na stejné kousky. V kastrole si rozpustíme na kostečky nakrájenou slaninu a máslo, načež přidáme drobně nakrájenou cibulku a usmažíme ji do růžova. Pak přidáme trochu papriky, zalijeme málo vařící vodou nebo polévkou, nato vložíme maso, osolíme je a dusíme do červena. Pak nasypeme na maso strouhaný chléb, podusíme jej, zalijeme, přidáme na kolečka nakrájenou okurku a vše dusíme do měkka. Před podáváním přidáme do omáčky červené víno, které povaříme 2 min. Měkké maso urovnáme na mísu, polijeme šťávou a kolem ozdobíme na kolečka nakrájenou kyselou okurkou.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* hovězího masa nebo svíčkové ze širší strany - 4 *dkg* slaniny - 3 *dkg* másla - 8 *dkg* cibule - na špičku nože papriky - sůl - kyselá okurka - 3 *dkg* chleba - ⅛ *l* červeného vína - 2 okurky na ozdobu.

Uherský guláš.

Tento guláš připravujeme ze tří druhů masa, ze skopového, hovězího a vepřového. Jelikož však každý druh masa při dušení vyžaduje různé doby, musíme je připraviti takto: Skopové maso nakrájíme na kostky, osolíme je a vložíme do kastrolu na drobně nakrájenou, na másle do růžova usmaženou cibulku a papriku, málo zalijeme vařící vodou nebo polévkou a dusíme 20 minut. Pak k němu přidáme na kostky nakrájené, osolené, opepřené hovězí maso, trochu kmínu, majoránky a společně dusíme asi tři čtvrti hodiny. Po této době přidáme na kostečky nakrájené vepřové maso, syrové, oloupané brambory a vše dusíme ještě půl hodiny. Při dušení podlijeme maso vodou, aby se nepřipálilo. Když je vše měkké, šťávu vydusíme, načež zaprášíme guláš moukou, podusíme, zředíme polévkou, povaříme a pak i s omáčkou

urovnáme na mísu. Je-li maso skopové z mladého dobytčete nebo dosti odleželé, můžeme je dusiti současně s hovězím masem.

Rozpočet pro 5 osob: 25 *dkg* skopového, 25 *dkg* hovězího a 25 *dkg* vepřového masa - 8 *dkg* másla nebo sádla - 8 *dkg* cibule - na špičku nože papriky - sůl - kmín - trochu majoránky - 15 *dkg* brambor - 2 *dkg* mouky.

Dušená oháňka.

Na másle usmažíme kořenovou nakrájenou zeleninu, cibuli a několik celých pepřů hodně do červena. Pak přidáme na kostečky nakrájenou slaninu a zalijeme vařící vodou. Masitou oháňku nasekáme na stejné kousky, vložíme je do upravené zeleniny, osolíme a udusíme do měkka. Měkkou oháňku vyndáme ze šťávy, načež dobře vysmahlou šťávu zaprášíme moukou, opět necháme upražiti, zalijeme polévkou neb jen vodou, dobře povaříme a procedíme. Do procezené omáčky vložíme kousek čajového másla a nalijeme ji na oháňku. K oháňce podáváme dušenou rýži neb vařené, strouhanou smaženou houskou posypané spagetti. Do hotové procezené omáčky můžeme též přidati lžíci červeného vína nebo několik kapek Maggiho koření. Místo vína můžeme přidati prolisovaná rajská jablíčka.

Rozpočet pro 5 osob: ¾ *kg* oháňky - sůl - 10 *dkg* másla - 10 *dkg* zeleniny (celer, mrkev, petržel) - 5 *dkg* cibule - 8 celých pepřů - 5 *dkg* slaniny - 2 *dkg* mouky 1 *dkg* čaj. másla - 1 lžíce červeného vína neb několik kapek Maggiho koření - 2 rajská jablíčka.

Hovězí jazyk naložený.

Hovězí jazyk očistíme, vypereme ve studené vodě a otřeme utěrkou, načež jej potřeme utlučeným kořením, solí a ledkem. Vložíme jej do kamenného hrnce, položíme na něj čistou dřevěnou destičku a vše zatížíme kamenem nebo závažím a dáme do studena uležeti (v létě 8 dní a v zimě 14 dní). Každý den jazyk obracíme, aby se všude dobře proležel. Uleželý jazyk lehce opereme a vaříme ve vodě 3 hodiny, až změkne. Potom ho vložíme do studené vody, oloupáme, nakrájíme jej na tenké lístky a podáváme k němu hrachovou kaši nebo dušený špenát.

Rozpočet na 1 menší hovězí jazyk: 18 zrnek utlučeného pepře - 8 zrnek nov. koření - 3 zrnka hřebíčku - 12 zrnek koriandru - 1 bobkový list - 1 proutek tymiánu - 5 *dkg* soli - 2 *g* ledku (salnytru).

Hovězí jazyk se sardelovým máslem.

Opraný hovězí jazyk naklepáme a uvaříme do měkka ve slané vodě se zeleninou. Pak ho vložíme do studené vody, oloupáme, protáhneme na nudličky nakrájenou slaninou a potřeme utřeným sardelovým máslem. V pekáči na dobře rozpáleném másle si usmažíme do růžova na plátky nakrájenou cibuli, přidáme připravený jazyk, zalijeme jej polévkou z jazyka a upečeme po obou stranách do červena. Pak jazyk vyndáme, nakrájíme na plátky, šťávu zaprášíme moukou, podusíme, zředíme podle potřeby polévkou z jazyka, okyselíme citronovou šťávou, načež omáčku dobře povaříme. Potom ji procedíme na

nakrájený jazyk. Také můžeme, dříve než zaprášíme omáčku moukou, přidati kyselou smetanu s umíchanou moukou, citronovou šťávou a páleným cukrem a dobře povařenou omáčku procediti na jazyk, který v omáčce povaříme asi 3 minuty. Také můžeme upraviti jazyk bez sardelového másla, jen zahuštěný kyselou smetanou s moukou a citronovou šťávou a máme jazyk na smetaně, k němuž podáváme obrovský knedlík.

Rozpočet na 1 jazyk hovězí: sůl - 10 *dkg* zeleniny - 6 *dkg* cibule - 6 *dkg* slaniny - 12 *dkg* másla - 8 *dkg* sardelí - 3 *dkg* másla - z ½ citronu šťáva - 3 *dkg* mouky. - *Nebo se smetanou:* ¼ *l* smetany - 4 *dkg* mouky - 1 *dkg* páleného cukru - z ½ citronu šťáva.

Jazyk s polskou omáčkou.

Jazyk opereme, naklepeme a uvaříme do měkka ve slané vodě, do které přidáme na lístky nakrájenou zeleninu, cibuli, citronovou kůru a koření. Uvařený jazyk vložíme do studené vody, načež jej oloupáme a nakrájíme na lístky. Zvlášť si připravíme z másla a mouky světležlutou jíšku, přidáme do ní jemně usekanou cibulku a jíšku upražíme do červena. Pak ji zředíme polévkou z jazyka, aby vznikla zahoustlá omáčka, přidáme do ní citronovou šťávu, do žluta upražený cukr, rybízovou zavařeninu a omáčku dobře povaříme. Procedíme ji na nakrájený jazyk, přimícháme červené víno, loupané na nudličky nakrájené mandle, očištěné hrozinky a vše povaříme asi 10 minut. Jazyk podáváme na míse politý omáčkou. Hodí se k němu třený knedlík nebo i obyčejné knedlíky.

Rozpočet na 1 jazyk hovězí: 10 *dkg* zeleniny - 6 *dkg* cibule - sůl - bobkový list - tymián - citr. kůra - 5 zrnek pepře - 2 zrnka nov. koření - 6 *dkg* másla - 6 *dkg* mouky - 2 *dkg* cibule - 2 *dkg* upraženého cukru - 12 *dkg* rybízové zavařeniny - 5 *dkg* hrozinek - 2 *dkg* mandlí - 6 lžic červ. vína - z ½ citronu šťáva.

Dršťky s uzeným masem.

Připravíme si dršťky podobně jako na polévku a uvaříme je do měkka. Z másla a mouky si uděláme žlutou jíšku, zředíme ji polévkou z dršťěk na zahoustlou omáčku, přidáme strouhaný zázvor, utřený česnek se solí, sekanou zel. petržel, majoránku, tlučený pepř a nakrájené dršťky a vše dobře povaříme. Potom urovnáme dršťky na mísu, posypeme usekaným uzeným masem neb šunkou a ozdobíme zelenou petrželí. Dršťky můžeme též posypati strouhaným parmezánským sýrem.

Rozpočet pro 5 osob: 1·75 *kg* dršťěk - sůl - 12 *dkg* zeleniny - 8 *dkg* másla - 8 *dkg* mouky - 4 zrnka pepře - na špičku kulatého nože strouh. zázvoru - malý stroužek česneku - sůl - petržel - majorán - 19 *dkg* uzeného masa - 3 *dkg* parmez. sýra.

Smažené vemínko.

Vemínko dobře opereme a uvaříme ve slané vodě s cibulí a zeleninou do měkka. Studené vemínko nakrájíme na tenké plátky, obalíme je moukou, vajíčkem a ve strouhané žemli, kterou lehce přitlačíme. Nato v pekáči rozpálíme si sádlo a vemínko usmažíme do zlatova.

Hotové vemínko upravíme na mísu, ozdobíme je citronem, zelenou petrželkou a podáváme k němu některou dušenou zeleninu.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* vemínka - sůl - 5 *dkg* cibule - 5 *dkg* kořenové zeleniny - 4 *dkg* mouky - 2 vejce - 12 *dkg* housky - 12 *dkg* sádla - 1 citron - zelená petrželka.

b) Telecí maso.

Telecí maso zadělávané.

Telecí maso z plece hodí se nejlépe k zadělávání, ale může se též použíti masa z jiné části, na př. telecího hrudí, karbanátku nebo masa z kýty. Na rozpáleném másle si usmažíme do bledě růžova na tenké plátky nakrájenou kořenovou zeleninu a kousek (v celku) citr. kůry. Pak zalijeme zeleninu polévkou z kostí nebo horkou vodou a 3 minuty povaříme. Telecí plec nebo hrudí lehce opereme a vložíme na několik minut do horké vody, aby zbělelo. Potom maso nakrájíme na kostky, osolíme, přidáme k zelenině a maso zvolna dusíme. Ve větším kastrole si uděláme z masa a mouky světležlutou jíšku, zředíme ji šťávou z masa, povaříme a procedíme. Do omáčky přidáme zvlášť na másle udušené, na lístky nakrájené hřiby, citronovou šťávu, tlučený květ, zel. sekanou petrželku, maso a vše malou chvíli povaříme. Před podáváním přidáme dříve ve studené omáčce umíchaný žloutek a zvlášť uvařený a na růžičky rozebraný květák. Na míse zdobíme maso květákem a houskovými knedlíčky.

Rozpočet pro 5 osob: 1 *kg* telecího hrudí, plece nebo masa z krku (karbanátek) - 4 *dkg* másla - zelenina - citron - sůl - 5 *dkg* másla a 5 *dkg* mouky na jíšku - 1 *dkg* másla na duš. hřibů - 2 menší hříbky - 1 malý květák - zel. petržel - na špičku nože květiu - 1 žloutek.

Telecí hrudí s nádivkou I.

Z telecího hrudí vytáhneme utěrkou všechny kosti, lehce je opereme, uděláme do něho kapsu, uvnitř i navrch maso osolíme, kapsu naplníme nádivkou, otvor dobře zašpejlíme nebo zašijeme. Do pekáče na rozpálené máslo urovnáme vytažené kosti, maso na ně nádivkou nahoru položíme, dáme do trouby a pečeme asi 10 minut, aby nádivka vykynula, potom maso obrátíme nádivkou dolů a pečeme na té straně asi 1 hod. Pak maso obrátíme a pečeme je ještě asi ½ hod., aby pěkně zčervenalo. Při pečení se maso podlévá vařící polévkou z kostí nebo vodou. Měkké maso nakrájíme a šťávu zaprášíme trochu moukou, podusíme, zalijeme polévkou, povaříme a podáváme k masu.

Nádivka: Do dobře utřeného másla se solí zamícháme žloutky, smetanou nebo mlékem povlhčené strouhané housky, sekanou zel. petržel, tluč. květ, strouhanou citronovou kůru a naposled přidáme do nádivky zlehka z bílků sníh a suchou strouhanou housku. Do nádivky se může přidati jedno na tvrdo uvařené, na kostečky nakrájené vejce a místo strouhané housky navlhčené, na kostečky nakrájené housky.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* telec. hrudí - sůl - 6 *dkg* másla - ½ *dkg* mouky. *Nádivka:* 4 *dkg* másla - sůl - 2 žloutky - 4 lžíce smetany nebo mléka - 8 *dkg* strouh. housky - sekaná petržel - na špičku nože tluč. květu - 1 cm^2 citr. kůry - ze 2 bílků sníh a 8 *dkg* suché housky.

Telecí hrudí plněné uzeným masem a rýží.

Připravíme si hrudí jako v předešlém předpise. Potom je naplníme nádivkou, zašijeme a pečeme na másle s cibulí tímtéž způsobem jako maso s houskovou nádivkou.

Nádivka: Spařenou rýži vložíme na rozpálené máslo, zalijeme vařící vodou, přikryjeme poklicí a v troubě ji udusíme do měkka. Do udušené, vychladlé rýže zamícháme syrové vejce, vařené sekané uzené maso, míchaná smažená vajíčka, sůl a sekanou zel. petrželku.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* telec. hrudí - sůl - 6 *dkg* másla - 3 *dkg* cibule - ½ *dkg* mouky. - *Nádivka:* 8 *dkg* rýže - sůl - 3 *dkg* másla - 10 *dkg* uzeného masa - 1 vejce syrové - 2 vejce smažené - 1 *dkg* másla - zelená petržel.

Telecí hrudí smažené.

Telecí hrudí zbavíme kostí, lehce opereme a v málo osolené vodě povaříme. Potom maso otřeme utěrkou, trochu osolíme, obalíme moukou, namočíme do umíchaných vajec neb bílků a obalíme strouhanou houskou, kterou dobře přitlačíme. V pekáči si rozpálíme sádlo, maso do něho vložíme a po obou stranách prudčeji usmažíme do červena, pak pekáč dáme na mírnější oheň a maso zvolna dosmažíme. Usmažené hrudí nakrájíme ostrým nožem na porce a podáváme k němu dušenou zeleninu nebo bramb. kaši. Též můžeme uvařené maso nakrájeti a pak obalené usmažiti.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* telecího hrudí - sůl - 3 vejce - 10 *dkg* mouky - 20 *dkg* housky - 25 *dkg* sádla.

Nadívané telecí hrudí po vlašsku.

Hrudí zbavíme kostí, opereme a upravíme tak, jak jest udáno v I. předpise, a naplníme nádivkou. Do utřeného másla se solí a žloutky zamícháme sekané, syrové telecí maso, vařenou šunku, boloňskou mortadelu, na drobné kousky rozlámané, dříve ve slané vodě 10 minut povařené makarony, strouhaný parmezán, několik lístků sekané zel. petrželky a tlučený pepř. Naposled přidáme zlehka z bílků sníh. Nadité hrudí zašijeme a na másle s cibulkou, nakrájenou na plátky, pečeme jako plněné hrudí.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* telec. hrudí - sůl - 6 *dkg* másla - 2 *dkg* cibule - ½ *dkg* mouky. - *Nádivka:* 3 *dkg* másla - sůl - 2 žloutky - 10 *dkg* syr. telecího masa - 5 *dkg* šunky - 5 *dkg* mortadely - 5 *dkg* makaronů - 1 *dkg* parmezánu - 4 zrnka pepře - ze 2 bílků sníh - zelená petržel.

Telecí pečeně s moravskými klobásy.

Telecí maso z hrudí, z plece nebo kýty odblaníme, otřeme utěrkou, rozřízneme na velký plást, který paličkou dobře naklepeme. Maso osolí-

me, potřeme paprikou a očištěnou sardelí, poklademe po délce oloupanými uzenými klobásy, sbalíme a povážeme motouzem. Na pekáči rozpálíme máslo, připravené maso do něho vložíme a upečeme je na všech stranách do červena. Při pečení poléváme maso šťávou a podléváme polévkou nebo vařící vodou. Měkké maso šikmo nakrájíme, šťávu zaprášíme moukou, podusíme, zředíme polévkou nebo vodou a povařenou procedíme. Část omáčky nalijeme na maso, ostatní podáváme v omáčníku.

Jako příkrm hodí se omeletové nudle (viz Příkrmy str. 209). Místo moravských uzených klobásů mohou se dáti frankfurtské nebo debrecínské uzenky, ale také i naše uzenky.

Rozpočet pro 5 osob: 1 *kg* telec. masa z kýty, hrudí nebo plece - sůl - na špičku nože papriky - 1 sardelka a 1 *dkg* másla na utření - 2 klobásy nebo 4 malé uzenky - motouz - 6 *dkg* másla - ½ *dkg* mouky.

Karlovarský kotouč.

Maso z plece, kýty nebo hrudí zbavíme kostí, otřeme utěrkou a připravíme jako předešlé. Naklepáme, osolíme, maso poklademe velkými tenkými listy slaniny, na ni položíme plátky šunky, na to rozetřeme míchaná (smažená) vychladlá vajíčka, načež povrch posypeme na nudličky nakrájenou kyselou okurkou. Maso zatočíme, povážeme motouzem, povrchu osolíme a dáme do pekáče na rozpálené máslo péci. Mezi pečením se maso otáčí, aby bylo všude červené, a polévá šťávou a podlévá vodou. Peče se 1—1¼ hodiny. Omáčku připravíme jako předešlou. Naklepané maso můžeme též potříti sardelovým máslem a místo okurky usekati ½ *dkg* kaparů.

Karlovarský kotouč můžeme předkládati také studený s hořčicí.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* masa z kýty - plece nebo hrudí - sůl - 10 *dkg* slaniny - 10 *dkg* šunky - 2 vejce - 1 *dkg* másla - 1 maličká kyselá okurka - motouz - 8 *dkg* másla - ½ *dkg* mouky - 1 sardelka - 1 *dkg* másla.

Hamburská pečeně.

Telecí maso z kýty odblaníme, osolíme a prostrkáme (pomocí ostrého špičatého nože) vždy řadu na klínky nakrájenou slaninou a pak uzeným masem neb uzeným jazykem, což se opakuje, až je maso celé prostrkané. Takto připravené maso dáme do kamenného hrnce, zalijeme vychladlým mořidlem, zatížíme, dáme do studena na 3—4 dny uležeti, každý den maso obrátíme. Při úpravě v pekáči rozpálíme kousek másla, do něho vložíme naložené maso a dáme péci. Mezi pečením poléváme maso mořidlem, ve kterém bylo naloženo. Upečené maso nakrájíme, šťávu zalijeme sladkou smetanou, ve které jsme rozmíchaly trochu mouky, a povaříme. Pak omáčku procedíme na maso a podáváme k němu noky neb makarony.

Rozpočet pro 5 osob: 1 *kg* telecí kýty - sůl - 6 *dkg* slaniny - 6 *dkg* uz. masa neb uzený jazyk. - *Mořidlo:* ⅛ *l* vody - ⅛ *l* vinného octa - 1 cibuli na koláčky nakrájenou - 2 zrnka nov. koření - 5 zrnek pepře - 1 bob. list - 1 hřebíček povaříme a vychladlé nalijeme na maso - 6 *dkg* másla - ¼ *l* sladké smetany - 1 *dkg* mouky.

Telecí pečeně na francouzský způsob.

Telecí maso z kýty odblaníme a osolíme. Na pekáč dáme na kostečky nakrájenou slaninu, kousek másla, lžičku kaparů, na plátky nakrájený celer, cibuli a hřebíček a vše 3 minuty smažíme, pak tam přidáme maso, podlijeme vodou a pečeme ¾ hod. Mezi pečením potíráme maso sardelovým máslem. Když je maso skoro již měkké, potřeme je řídkou kašičkou ze sladké smetany a mouky, načež maso chvíli zapečeme. Pak posypeme pečeni povrchu strouhanou houskou a vše dáme zrůžověti. Měkkou pečeni nakrájíme, šťávu zahustíme smetanou, ve které jest umíchaná lžíce mouky, přidáme bílé víno, povaříme, procedíme a nalijeme na pečeni.

Rozpočet pro 5 osob: Na 1 *kg* telec. masa z kýty - 5 *dkg* slaniny - 4 *dkg* másla - ½ *dkg* kaparů - 5 *dkg* celeru - 3 *dkg* cibule - 1 hřebíček - 1 sardelka - 1 *dkg* másla - 1 *dkg* strouh. housky - 2 lžíce smetany - 1 dkg mouky - ¼ *l* smetany - 1 *dkg* mouky - ⅛ *l* bílého vína.

Nepravý losos.

Telecí maso z kýty (ořech) zbavíme blan, osolíme a potřeme tlučeným ledkem (salnytrem). Kořenovou, na plátky nakrájenou zeleninu a cibuli, několik pepřů, nov. koření, bobkový list a tymián rozdělíme na 2 díly. Jeden vložíme do kamenného hrnce, pak přidáme připravené maso a na to dáme druhý díl zeleniny s kořením. Povrch masa přikryjeme prkénkem, zatížíme a dáme do studena uležeti na 4 dny. Každý den maso obracíme. Pátý den dáme vařit do hrnce vodu, ocet a bílé víno. Do vařícího vložíme maso a vaříme je asi 1½ hod., aby změklo jako rybí maso. Poté je necháme v tekutině do druhého dne.

Očištěné sardele, zelenou petržel, kousek cibule a kapary jemně usekáme, prolisujeme a směsí potřeme se všech stran maso, dáme do čistého hrnce a zalijeme tabulovým olejem, zatížíme a dáme opět uležeti na 3 dny do studena. Takto upravené maso krájíme jako lososa a podáváme k němu majonézu. Maso zatížené musí býti stále ve studenu, upravuje-li se v létě, u ledu.

Rozpočet: Na 2 *kg* telecího masa (ořechu) - sůl - 3 *dkg* ledku - 1 cibule - kořen mrkve - petržel - půl celeru - 15 zrnek pepře - 4 nová koření - 4 bobulky jalovce - 2 bobk. listy - proutek tymiánu - ½ *l* vody - ½ *l* octa - ⅛ *l* bílého vína - 3 sardele - zelená petržel - ½ *dkg* kaparů - 5 *dkg* cibule - 10 *dkg* tabulového oleje.

Telecí pečeně s ledvinou.

Telecí pečeni (maso ze hřbetu) zbavíme ledviny, ostrým nožem vyřízneme kosti a vše lehce opereme. Pak vložíme ledvinu do masa, motouzem povážeme a osolíme. Na pekáči si rozpálíme máslo, maso do něho hřbetem dolů vložíme, dáme do trouby a při mírnějším ohni pečeme tak dlouho, až vlastní šťáva vysmahne. Potom zalijeme maso polévkou z kostí (vyřezané kosti postavíme se studenou vodou na plotnu a polévku upotřebíme na zalití masa) a pečeme je 1 hod. Pak maso obrátíme a pečeme je na druhé straně do červena asi ½ hod. Měkké maso nakrájíme, šťávu zaprášíme moukou, podusíme, zředíme

polévkou z kostí a povaříme. Část omáčky nalijeme na maso, ostatní podáváme v omáčníku.

Velmi chutná jest telecí pečeně, peče-li se současně s kouskem vepřové pečeně. Pak se ovšem peče jen s malým kouskem másla, ale i bez másla, je-li vepřová tučná.

Rozpočet pro 5 osob: 1 *kg* telecí pečeně s ledvinou - sůl - 10 *dkg* másla - ¼ *dkg* mouky.

Telecí kýta na slanině.

Očištěnou telecí kýtu osolíme a protáhneme ji hustě na nudličky nakrájenou slaninou. Na pekáči si rozpálíme máslo a zbytky slaniny, maso do něho vložíme, potřeme máslem a pečeme 1—1¼ hod. Mezi pečením maso podlijeme vařící vodou a obrátíme. Měkké maso nakrájíme, šťávu zaprášíme moukou, podusíme, zředíme polévkou, povaříme a procezenou podáváme k masu. Zahustíme-li omáčku kys. smetanou, máme telecí kýtu na smetaně.

Rozpočet pro 5 osob: 1 *kg* masa z telecí kýty - sůl - 6 *dkg* slaniny - 5 *dkg* másla - ¼ *dkg* mouky. - *Na smetaně:* ¼ *l* smetany - 1 *dkg* mouky.

Telecí pečeně na sardelích.

Telecí maso z kýty nebo plecka zbavíme kostí, blan, protáhneme je na nudličky nakrájenou slaninou a sardelí. Pak maso povážeme. Na pekáči rozpustíme si sardelové máslo, v něm usmažíme na plátky nakrájenou cibuli do růžova, maso málo osolené tam vložíme a v troubě pečeme. Mezi pečením maso obrátíme a poléváme šťávou a podléváme. Pečeme je celkem 1¼ hod. Měkké maso nakrájíme a urovnáme do prázdného kastrolu. Procezenou šťávu nalijeme do kyselé smetany, ve které jsme umíchaly trochu mouky, vše nalijeme na maso, přidáme sekanou zel. petržel, kousek sardelového másla a v omáčce povaříme.

Rozpočet pro 5 osob: Na 1 *kg* telec. masa - sůl - 5 *dkg* slaniny - 1 sardelka do masa - motouz - 6 *dkg* másla - 1 sardelka - 3 *dkg* cibule na usmaž. - ¼ *l* kys. smetany - 1½ *dkg* mouky - zel. petržel - 1 sardelka a 1 *dkg* másla do omáčky.

Pečené telecí kolínko.

Oprané telecí kolínko osolíme. Na pekáčku rozpálíme máslo, kolínko do něho vložíme, polijeme máslem a dáme do trouby péci. Po chvíli je podlijeme trochu vařící vodou neb polévkou z kostí a upečeme je na obou stranách do červena. Pečené kolínko upravíme na mísu a ozdobíme zelenou petrželkou. Šťávu málo zaprášíme moukou, podusíme, zředíme, povaříme a nalijeme na kolínko. Ke kolínku podáváme opečené brambory a brusinky neb bramborový salát.

Rozpočet na 1 kolínko: sůl - 10 *dkg* másla - ¼ *dkg* mouky.

Telecí po vlašsku.

Telecí ořech (nejlepší část masa z kýty) se odblaní, osolí a prostrká střídavě oloupanou, na klínky nakrájenou kyselou okurkou, uze-

ným masem a slaninou. V kastrole na rozpáleném másle a zbytku slaniny si usmažíme všechnu kořenovou zeleninu, nové koření, bob. list a celý pepř. Upravené maso vložíme do kastrolu a dusíme do měkka. Při dušení podléváme maso polévkou. Měkké maso nakrájíme na plátky, šťávu zaprášíme moukou, přilijeme bílé víno, procedíme na maso a povaříme. Na míse zdobíme maso vařeným květákem, makarony neb nudlemi posypanými smaženou houskou. Omáčku můžeme připraviti i bez vína.

Rozpočet pro 5 osob: 1 telecí ořech - sůl - 1 malá kys. okurka - 4 *dkg* slaniny - 5 *dkg* uzeného libového masa - 5 *dkg* másla - 10 *dkg* zeleniny - malý bobkový list - 5 pepřů - 2 zrnka nov. koření - 1 *dkg* mouky - ⅛ *l* bílého vína - na zdobení 1 květák - 1 *dkg* housky - 2 *dkg* másla.

Telecí maso na paprice.

V kastrole na rozpáleném másle si usmažíme drobně nakrájenou cibulku a na špičku nože papriky. Telecí maso z plece lehce opereme, nakrájíme na kostky, osolíme a vložíme do usmažené cibulky, přikryjeme a dusíme tak dlouho, až vysmahne. Pak je zaprášíme moukou, kterou necháme opražiti, načež zalijeme polévkou neb vodou, přidáme prolisované jablíčko, aby omáčka byla červená, a povaříme. Také můžeme do omáčky přidati kyselou smetanu, čímž se omáčka zlepší.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* telecího masa - sůl - paprika - 8 *dkg* másla - 5 *dkg* cibule - 2½ *dkg* mouky - 2 rajská jablíčka - ¼ *l* kyselé smetany.

Telecí kotlety na víně.

Telecí hřbet nasekáme na kotlety. Otřeme je utěrkou a osolíme. V kastrole rozpustíme na kostečky nakrájenou slaninu a máslo, pak přidáme drobně nakrájenou cibuli, citr. kůru, trochu papriky, bob. list, připravené kotlety a vše do měkka udusíme. Mezi sušením podléváme kotlety polévkou. Měkké kotlety urovnáme na mísu, vysmahlou šťávu zaprášíme moukou, zředíme polévkou, přidáme podle chuti bílého vína a citronovou šťávu, povaříme a procedíme na maso.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* telecího hřbetu - sůl - 6 *dkg* slaniny - 6 *dkg* másla - 4 *dkg* cibule - ze ¼ citronu kůra i šťáva - trochu papriky - bobkový list - 2½ *dkg* mouky - 1/16 *l* bílého vína.

Telecí ořech s majonézou.

Pěkný telecí ořech (vnitřní nejlepší část kýty) odblaníme, prostrkáme pomocí špičatého nože na klínky nakrájenou slaninou, uzeným masem nebo uzeným vepřovým jazykem a kyselou okurkou a maso povážeme motouzem. Do hrnce nalijeme stud. vodu, ocet, bílé víno, na plátky rozkrájenou cibuli, mrkev, celer, petržel, bob. list, citr. kůru, celý pepř, nové koření a sůl. Vše přivedeme rychle k varu, pak do toho vložíme připravené maso a do měkka je uvaříme. V polévce té necháme ořech vychladnouti. Potom jej vyndáme, zabalíme do mokré utěrky a ve studenu uložíme do druhého dne. Ze zbylé polévky můžeme obyčejným způsobem připraviti aspik (viz Předkrmy str. 72). Druhý den

maso úhledně nakrájíme, složíme na mísu, ozdobíme sekaným bílým aspikem, zel. petrželí, růžičkami z másla, citronem, ředkvičkou a podáváme k němu smetanovou majonézu (viz Studené omáčky str. 184). Hodí se též jako předkrm.

Rozpočet pro 5 osob:: Na 1 telecí ořech - sůl - 5 *dkg* slaniny - 6 *dkg* uz. masa nebo jazyka - 1 kys. okurka - motouz - ¾ *l* vody - ¼ *l* vinného octa - ¼ *l* vína - 5 *dkg* cibule - 1 mrkev - půl malého celeru - 1 petržel - bob. list - 3 cm^2 citr. kůry - 5 celých zrnek pepře - 3 zrnka nov. koření.

Telecí ořech marinovaný.

Odležený ořech odblaníme, naklepáme, protáhneme na nudličky nakrájenou slaninou, vložíme jej do kamenného hrnce s cibulí nakrájenou na plátky (šalotkou, t. j. malá cibulka jemnější chuti), kytičkou zel. petržele, solí a celým pepřem. Pak pokapeme maso šťávou z citronu a tabulovým olejem a marinujeme je asi 24 hod., při čemž je častěji obracíme. Kastrol vymažeme máslem, vyložíme na lístky nakrájenou slaninou, šunkou a několika kousky kořenové zeleniny a celými pepři, přidáme naložené maso a dusíme asi ¼ hod. Pak přilijeme polévku a ořech za častého polévání dodusíme. Měkký nakrájíme a na míse jej polijeme procezenou šťávou a ozdobíme pepřenými okurkami nebo míchanou naloženou zeleninou.

Rozpočet pro 5 osob: Na 1 *kg* telecího ořechu - 5 *dkg* slaniny - 2—3 šalotky (malé cibulky) - zel. petržel - sůl - 5 zrnek pepře - 1 citron - 3 lžíce tabulového oleje - 3 *dkg* másla - 5 *dkg* šunky - 3 *dkg* slaniny - 5 *dkg* zeleniny - 3 zrnka pepře.

Studená mosaiková pečeně. (Prokládané telecí maso.)

Telecí syrové hrudí nebo kýtu a vepřovou uzenou krkovičku zbavíme kostí, otřeme vlhkou utěrkou a nakrájíme na tenké větší plátky. Sardele zbavíme kostí a s máslem dobře utřeme. Vejce uvaříme na tvrdo a oloupáme. Stěny a dno ohnivzdorného skleněného pekáčku vyložíme tenkými velkými plátky slaniny, na ně položíme nakrájené telecí maso, rozetřeme kousek sardelového másla, přidáme plátky uzené krkovičky, opět sardelové máslo, v celku vejce, telecí maso, sardelové máslo, uzené maso a konečně povrchu dáme plátky nakrájené slaniny. Nahoře na slaninu položíme po délce špejle, na ně dáme poklici a zatížíme dobře závažím. Pekáček vložíme do obyčejného většího pekáče s vařící vodou a na plotně zvolna vaříme 2 hodiny. Uvařené, zatížené maso i s pekáčkem dáme do studena nebo k ledu. Druhý den maso vyklopíme, nakrájíme, složíme na mísu, ozdobíme je sekaným tuhým aspikem, nakrájeným citronem a zelenou petrželkou.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* telecího hrudí nebo kýty - 75 *dkg* uzené krkovičky - 25 *dkg* másla - 2—3 sardele - 3 vejce na tvrdo - 25 *dkg* slaniny - ¼ *kg* tuhého aspiku - zelená petržel a citron na ozdobení.

Smažené řízky.

Z odblaněného masa z kýty si nakrájíme řízky, naklepeme, otřeme je čistou utěrkou a osolíme. Pak je obalíme moukou, rozmíchanými

vejci a strouhanou prosátou houskou, kterou lehce přitlačíme. Potom klademe řízky do rozpáleného dobře převařeného másla (tak zv. šmolce, viz str. 251) nebo lépe sádla a prudčeji je smažíme, aby brzo zčervenaly, pak je na mírnějším ohni pozvolna dosmažíme. Pak řízky osušíme, nebo je na síto dáme okapati, načež je dáme do rozpáleného dobrého másla a předkládáme je se zeleninou, brambory a nakrájeným citronem.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* telecí kýty (5 řízků) - sůl - 3 *dkg* mouky - 2 vejce - 12 *dkg* housky - 15 *dkg* převařeného másla neb 14 *dkg* sádla - 3 *dkg* másla.

Řízky se šunkou.

Řízky z telecí kýty zlehka naklepeme, málo osolíme, po jedné straně potřeme sardelovým máslem, na tu stranu položíme lístky šunky, vždy tak velké jako je řízek, a dobře je přitlačíme, aby neodpadly. Pak obalíme celé řízky v mouce, ve vejci a housce a usmažíme je. (Do omastku klademe je tou stranou, kde je šunka.)

Smažíme je jako předešlé.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* telecí kýty - sůl - 1 sardele - 2 *dkg* másla - 10 *dkg* šunky - 3 *dkg* mouky - 2 vejce - 12 *dkg* housky - 20 *dkg* převař. másla neb sádla.

Přírodní řízky.

Z odblaněného telecího masa z kýty nakrájíme řízky. Pak je naklepáme, osolíme, po jedné straně poprášíme málo moukou a dáme je na rozpálené máslo na pánvi péci po obou stranách. Aby zůstaly řízky šťavnaté, nutno je opékati rychle. Celkem je opékáme asi 8 minut. Měkké řízky dáme na mísu, zbývající tuk zaprášíme trochu zbylou moukou, zalijeme polévkou, přidáme řízky, které v omáčce ještě chvíli dusíme.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* telecího masa z kýty - sůl - 10 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky.

Řízky na paprice.

Řízky připravíme jako v předešlém předpise, protáhneme je dvakráte slaninou, osolíme a na rozpáleném tuku je opečeme. V kastrole na másle a zbytku slaniny usmažíme si do růžova drobně nakrájenou cibulku a trochu papriky, pak ji zalijeme polévkou, přidáme řízky a udusíme je do měkka. Řízky vyndáme, šťávu zahustíme kysel. smetanou s moukou a povařenou a procezenou nalijeme na řízky.

Řízky na sardelích připravují se právě tak, avšak místo papriky se přidá do omáčky ¼ hod. před podáváním s máslem utřená sardelka.

Císařské řízky připravíme jako řízky na paprice jen s tím rozdílem, že do smetanové omáčky přidáme podle chuti citr. šťávu a sekané kapary a řízky v omáčce povaříme.

Rozpočet pro 5 osob: *Řízky na paprice:* 75 *dkg* masa telec. z kýty - sůl - 3 *dkg* slaniny - 3 *dkg* mouky - 5 *dkg* převař. másla nebo sádla - 3 *dkg* másla -

5 *dkg* cibule - na špičku nože papriky - ⅛ *l* kyselé smetany. *Na sardelích:* 1 sardele a 2 *dkg* másla. *Císařské:* z ½ citr. šťáva - 1 *dkg* kaparů.

Řízky s vejci.

Z odblaněného telecího masa uděláme silnější řízky, naklepeme je, osolíme a obalíme v mouce a v rozšlehaných vejcích. Na pánev si dáme rozpálit máslo, na to vložíme řízky, zalijeme je zbylými vejci a pozorně smažíme. Po chvíli se obrátí a rychle opekou.

V době, kdy jest zel. hrášek, můžeme jej přidati do vajec.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* telecího masa z kýty - sůl - 4 *dkg* mouky - 4 vejce - 16 *dkg* převařeného másla - polévková lžíce hrášku.

Řízky s hříbky.

Telecí řízky otřeme utěrkou, naklepeme, osolíme, opepříme, obalíme lehce moukou a zprudka na másle opečeme. Pak klademe do kastrolu na drobně krájenou, na másle usmaženou cibuli, zalijeme je polévkou neb vařící vodou a udusíme do měkka. Hotové řízky složíme na mísu, do šťávy přidáme na másle udušené, na plátky nakrájené hříbky, vše povaříme a nalijeme na řízky. Právě tak se mohou upraviti i vepřové řízky nebo kotlety. Též můžeme v omáčce povařiti trochu sladké smetany.

K řízkům podáváme makarony.

Rozpočet pro 5 osob: 5 telecích řízků (75 *dkg*) - sůl - pepř - 2 *dkg* mouky - 8 *dkg* másla - 2 *dkg* másla - 3 *dkg* cibule - 1 *dkg* másla - 5 malých hříbků - ($^{1}/_{16}$ *l* sladké smetany) (1 *dkg* suchých hříbků).

Pražské řízky.

Přírodní řízky ozdobíme podle vkusu míchanými vejci, krájenou šunkou, hlávkovým salátem a krájenou okurkou.

Holštýnské řízky.

Přírodní řízky ozdobíme zeleninou, sázenými vejci, přes vajíčka uděláme mřížky z očištěné sardelky, šťávou polijeme a hned podáváme.

Telecí závitky. I.

Očištěné telecí řízky naklepeme, osolíme, potřeme připravenou nádivkou, zatočíme, spojíme slaninou, neb povážeme čistým motouzem. Pak je obalíme moukou a na rozpáleném másle je opečeme. Zbytky slaniny nakrájíme na kostečky, přidáme máslo zbylé z opékání a drobně nakrájenou cibulku v tom usmažíme. Pak do ní vložíme opečené závitky, zalijeme je polévkou neb vařící vodou, přikryjeme poklicí a udusíme do měkka. Měkké závitky zbavíme motouzu a složíme je na mísu. Procezenou šťávu nalijeme do kyselé smetany, ve které

jsme umíchaly trochu mouky a citronové šťávy, povaříme ji, načež část omáčky nalijeme na závitky, ostatní podáváme v omáčníku. Podáváme k nim rýži nebo kynuté bramborové smažené knedlíčky (viz Přikrmy str. 193). Tyto závitky můžeme připraviti i z hovězích řízků.

Nádivka: Očištěné sardele utřeme s máslem, přidáme žloutky, v mléce namočenou a prolisovanou housku, strouhanou syrovou cibuli, sekanou zel. petržel a tluč. pepř. Umíchanou nádivkou potíráme řízky.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* telec. řízků - sůl - 5 *dkg* slaniny - 2 *dkg* mouky - 8 *dkg* másla - 3 *dkg* cibule - ¼ *l* kys. smetany - 2 *dkg* mouky - ½ citronu. *Nádivka:* 6 *dkg* másla - 2 menší sardele - 2 žloutky - 2 *dkg* cibule - 5 *dkg* housky - 3 lžíce mléka - zelená petržel - 3 zrnka pepře.

Závitek telecí II.

Očištěné telecí řízky potřeme nádivkou, zatočíme, povážeme tenkým motouzem, osolíme, obalíme v mouce a upečeme je na másle v troubě do měkka (pekou se ¾ hod.). Pak závitky zbavíme motouzu, urovnáme je na mísu, šťávu zaprášíme moukou, podusíme, zalijeme polévkou, povaříme a procedíme na závitky.

Nádivka: Vepřové maso umeleme na strojku, osolíme, přidáme do něho žloutky, usmaženou, drobně nakrájenou cibulku, zel. sekanou petržel a podle potřeby strouhanou housku.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* telec. masa - sůl - 2 *dkg* mouky - 6 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky. - *Nádivka:* 12 *dkg* vepřového nebo uzeného masa - sůl - 2 žloutky - 2 *dkg* cibule - zelená petržel - 2 *dkg* strouhané housky - 5 *dkg* másla.

Smažené mozečky.

Mozečky polijeme horkou vodou a zbavíme všech žilek. Pak je nakrájíme na větši kousky, osolíme, obalíme moukou, vejci a strouhanou houskou a dáme je do horkého omastku smažiti. Když zčervenají na obou stranách, dosmažíme je na mírnějším ohni. Usmažené a okapané potřeme rozpáleným dobrým máslem a hned je podáváme.

Rozpočet pro 5 osob: 2 mozečky - sůl - 3 *dkg* mouky - 2 vejce - 12 *dkg* housky - 10 *dkg* sádla - 3 *dkg* másla.

Dušený mozeček s vejci.

Mozeček zbavíme žilek jako v předešlém předpise a rozmícháme se solí. V kastrolku na rozpáleném másle si usmažíme do růžova drobně nakrájenou cibulku, připravený mozeček do toho nalijeme a dusíme tak dlouho, až se voda z něho vydusí. Pak přidáme rozmíchané vejce a ustavičně mícháme, až zhoustne. Povrch posypeme pepřem a zelenou sekanou petrželí a hned podáváme.

Týmž způsobem připravuje se hovězí i vepřový mozeček.

Rozpočet pro 5 osob: 2 telecí mozečky - sůl - 8 *dkg* másla - 4 *dkg* cibule - 4 vejce - 3 zrnka pepře - zelená petržel.

Smažený brzlík.

Očištěný brzlík dáme povařiti asi na 5 minut do slané vody. Pak jej ponoříme do studené vody, čímž docílíme bělosti brzlíku. Vychladlý brzlík osušíme čistou utěrkou, obalíme jako řízek smažený a také tak smažíme. Potom ho hned podáváme obložený některým salátem neb dušenou zeleninou. Brzlík se také může jen na másle upraviti jako přírodní řízky.

Rozpočet pro 5 osob: 1 brzlík - sůl - 3 *dkg* mouky - 2 vejce - 12 *dkg* strouh. housky - 10 *dkg* sádla - 2 *dkg* másla.

Smažené telecí nožičky.

Dobře očištěné nožičky uvaříme ve slané vodě. Měkké nožičky zbavíme, pokud je to možné, kostí, maso obalíme v mouce, vejci, strouhané housce a usmažíme je v rozpáleném sádle nebo převařeném másle do červena. Horké podáváme s hrachovou kaší nebo se špenátem, ale i s jinou dušenou zeleninou nebo jen s citronem.

Rozpočet pro 5 osob: 5 telecích nožiček - sůl - 4 *dkg* mouky - 2 vejce nebo 4 bílky - 15 *dkg* strouhané housky - 15 *dkg* škvař. sádla nebo převařeného másla.

Telecí kořínek s kyselou smetanou.

Ke kořínku počítáme plíce, srdce, slezinu a játra. Kořínek čistě opereme, zbavíme hrtanu a hltanu, znovu vypereme a dáme vařiti do slané vody s kořenovou zeleninou nakrájenou na plátky, cibulí, kouskem citronu a kořením. Z másla a mouky připravíme si bílou jíšku, do ní přidáme kousek na drobno usekané cibulky a jíšku upražíme do žluta. Poté ji zředíme procezenou polévkou z kořínku a dáme povařiti. Měkké maso nakrájíme na nudličky, přidáme je do omáčky, podle chuti omáčku okyselíme citronovou šťávou nebo octem, zalijeme kyselou smetanou, opepříme a povaříme. Kořínek podáváme s opečenými brambory. Omáčku můžeme zlepšiti ve studené polévce umíchaným žloutkem.

Rozpočet pro 5—10 osob: 1 plíce - 1 srdce - 1 slezina - 10 *dkg* telecích jater - 12 *dkg* zeleniny - sůl - 5 zrnek pepře - 3 *dkg* cibule - 2 zrnka nov. koření - 1 malý bob. list - 1 proutek tymiánu - půl citronu - 4 lžíce octa - 2 *dkg* cibule - 6 *dkg* másla - 7 *dkg* mouky - ⅛ *l* kyselé smetany - 1 žloutek.

Sekanina z telecího kořínku. (Prýt.)

Očištěný telecí kořínek uvaříme do měkka v osolené vodě s nakrájenou kořenovou zeleninou. Měkký usekáme, přidáme do něho kousek mletého syrového tučného vepřového masa, namočenou strouhanou housku, vejce, smaženou cibulku, strouhanou citronovou kůru, majoránku, podle chuti soli a tlučeného pepře. Všechno dobře zamícháme, načež sekaninu dáme do dobře sádlem vymazaného, strouhanou houskou vysypaného pekáče. Nahoru položíme kousek nakrájené slaniny a dáme asi na hodinu péci. Podáváme k ní opečené brambory neb dušenou zeleninu.

Rozpočet pro 5—10 osob: 1 telecí kořínek bez jater a sleziny - ¼ *kg* vepřového raménka - sůl - 10 *dkg* zeleniny - 10 *dkg* housky - 1 vejce - 2 *dkg* sádla - 3 *dkg* cibule - 5 zrnek tluč. pepře - trochu majoránky - 2 cm^2 strouh. citr. kůry - 3 *dkg* sádla - 2 *dkg* strouh. housky na vysypání pekáče.

Telecí srdce na slanině.

Oprané telecí srdce uvaříme ve slané vodě. Pak je rozkrojíme a protáhneme na nudličky nakrájenou slaninou. Do kastrolu dáme rozehřát na kostečky nakrájené zbytky slaniny s kouskem másla, přidáme drobně nakrájenou cibulku, několik zrnek pepře a připravené srdce. Vše podlijeme polévkou, ve které se srdce vařilo, a v troubě je upečeme do červena. Potom srdce vyndáme a nakrájíme je na plátky. Šťávu zaprášíme moukou, podusíme, zalijeme polévkou, přidáme bílé víno, citronovou šťávu, povaříme a procezenou nalijeme na srdce. Podáváme k němu dušenou rýži.

Rozpočet pro 5 osob: 2—3 telecí srdce - sůl - 4 *dkg* slaniny - 6 *dkg* másla - 5 *dkg* cibule - 4 zrnka pepře - 5 lžic bílého vína - 2 lžíce citronové šťávy - 2 *dkg* mouky.

Telecí játra na cibulce.

Telecí játra v mléce opraná nožem naklepeme, blánu s nich stáhneme a nakrájíme je na tenké plátky. Na másle neb sádle usmažíme do růžova drobně nakrájenou cibulku, přidáme kmín a dobře okapaná nakrájená játra dusíme zprudka na horké plotně 8 minut. Vydušená játra zaprášíme moukou, opražíme ji, zalijeme vařící vodou a povaříme. Poté játra opepříme, osolíme a ihned podáváme s opečenými brambory.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* jater - ⅛ *l* mléka s ⅛ *l* vody na vyprání - 8 *dkg* másla neb sádla - 8 *dkg* cibule - 1 ½ *dkg* mouky - sůl - pepř.

Smažená játra telecí.

Telecí játra opereme, kůžičku s nich stáhneme a rozkrájíme na tenké plátky. Pak je smáčíme v teplém másle, obalíme je strouhanou houskou a rychle je na obou stranách v rozpáleném másle usmažíme. Pak je osolíme, dáme na mísu a hned podáváme. Také se mohou obaliti jako smažené telecí řízky, ale jsou tužší.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* jater - 6 *dkg* másla - 12 *dkg* strouh. housky - 12 *dkg* převařeného másla - sůl - (místo másla 1 vejce).

Dušená játra se slaninou.

Pěkná opraná játra vložíme na 2 hodiny do zředěného mléka, aby byla jemnější. Pak s nich kůžičku stáhneme a protáhneme je na nudličky nakrájenou slaninou a opepříme. V kastrole na zbytku slaniny a rozpáleném másle si usmažíme drobně nakrájenou cibulku a trochu kmínu. Připravená játra vložíme do kastrolu a dusíme je pod poklicí asi ½ až ¾ hod. Mezi dušením můžeme játra trochu polévkou podlíti. Měkká játra nakrájíme, šťávu zaprášíme moukou, podusíme,

zalijeme polévkou neb vařící vodou a povaříme. Pak procedíme omáčku do kyselé smetany, osolíme, přidáme játra a několik minut je v omáčce prohřejeme. Játra můžeme připraviti bez smetany s přírodní omáčkou. Podáváme k nim jemný knedlík nebo brambory vařené k přírodní omáčce.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* telecích jater - ¼ *l* mléka - 1/16 *l* vody - 5 *dkg* slaniny - 4 zrnka tluč. pepře - 5 *dkg* cibule - 4 *dkg* másla - kmín - 2 *dkg* mouky - ¼ *l* kyselé smetany - sůl.

Sekaná telecí pečeně.

Telecí maso z plece, tučné vepřové maso, kousek uvařeného uzeného masa a namočenou housku nakrájíme a dvakráte na masovém strojku umeleme. Pak přidáme sůl, tlučený pepř, citronovou kůru, vejce, žloutek a podle potřeby strouhanou housku. Směs dobře promícháme, uděláme z ní šišku, obalíme ji houskou, potřeme bílkem a pečeme ji asi 1 hod. na rozehřáté slanině s usmaženou cibulí. Mezi pečením zalijeme maso vínem a před podáváním smetanou. Upečenou pečeni nakrájíme a procezenou omáčku podáváme k ní v omáčníku. Místo telecího masa můžeme také použíti masa hovězího a pak přidáme do sekaniny na kostečky nakrájenou slaninu.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* telecího masa - 10 *dkg* vepřového bůčku - 10 *dkg* uzeného masa - 4 *dkg* housky - 1 vejce - 1 žloutek - sůl - 4 zrnka tlučeného pepře - citronová kůra - 8 *dkg* strouhané housky - 1 bílek - 3 *dkg* slaniny - 3 *dkg* cibule - 4 lžíce bílého vína - ¼ *l* kyselé smetany.

Telecí karbanátky.

Umleté telecí maso (z plece) osolíme, málo opepříme, přidáme k němu v mléce namočené a dobře vymačkané žemle, strouhanou cibuli, umletou slaninu nebo máslo, sekanou zelenou petrželku, vejce a jemnou strouhanou žemli. Hmotu dobře promícháme, rozdělíme a uděláme karbanátky. V kastrole rozpálíme převařené máslo a karbanátky rychle na obou stranách usmažíme. Karbanátky upravíme na mísu a podáváme k nim hlávkový salát nebo špenát.

Podáváme-li karbanátky nemocným nebo dětem, nedáváme pepř a cibuli.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* telecí plece - ½ lžíce soli - tlučený pepř - 1 žemle - 3 lžíce mléka - 1 *dkg* cibule - 3 *dkg* slaniny nebo másla - ½ kávové lžičky sekané petrželky - 2 vejce - 8 *dkg* strouhané žemle - 12 *dkg* převařeného másla.

Vaječná pečeně, t. zv. Štěpánská.

Telecí maso z plece nebo kýty umeleme dvakráte na masovém strojku a dáme do mísy. Poté do něho zamícháme sůl, tlučený pepř neb květ, vejce, sekanou petrželku a promícháme. Vál posypeme jemně ustrouhanou žemlí, masovou směs na něm vyválíme na 2 *cm* silně, upravíme do čtverce, načež okraje potřeme syrovým vajíčkem, prostředek čtverce potřeme smaženými míchanými vejci, posypeme čerstvým, vařeným zeleným hráškem, neb konservovaným hráškem.

aneb sekanou šunkou a pomocí dlouhého nože upravíme závin. Potom závin položíme do máslem vymazaného pekáče, povrch závinu potřeme zbylým vajíčkem a v troubě pečeme 1 hodinu. — Při pečení zalijeme málo vařící vodou. Pečený závin vyndáme, vysmahlou šťávu zaprášíme moukou, podusíme, zalijeme vařící polévkou neb vodou a povaříme. Pečeni (závin) nakrájíme, složíme na mísu, ozdobíme ji hlávkovým salátem a podáváme k ní opečené brambory, viz str. 188.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* telec. plece neb kýty - sůl - na špičku nože pepře neb květu - 2 vejce - 1 vejce na potření pečeně - 3 *dkg* másla - 4 vejce - 5 *dkg* zeleného hrášku neb sekané šunky - 8 *dkg* másla do pekáče - 1 *dkg* mouky na omáčku.

Telecí maso s rýží. (Risotto.)

Do kastrolu dáme na kostečky nakrájenou slaninu, když je sklovitá, přidáme k ní drobně nakrájenou cibulku a upražíme ji do žluta. Pak tam přidáme rajská jablíčka, lehce oprané, na kostečky nakrájené telecí maso z plece nebo krku, zamícháme a dusíme tak dlouho, až šťáva, která se z masa vyluhuje, opět vysmahne; pak nasypeme na maso opranou, spařenou rýži, chvilku ji necháme s masem osmahnouti, osolíme ji, opaprikujeme, poklademe povrchu na kousky nakrájeným máslem, podlijeme polévkou a dusíme v troubě pod poklicí, až obojí změkne. Pak pomocí naběračky neb malého porculánového hrnečku, horkou vodou vypláchnutého, děláme na mísu kopečky, které povrchu posypeme sekaným uzeným masem, parmezán. sýrem a ozdobíme zel. petrželkou. V létě můžeme přidati při úpravě kuřecí játra a žaludky nebo čerstvě dušené hříbky. Podobně můžeme připraviti i husí drůbky.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* telec. masa z plece, krku nebo hrudí - 5 *dkg* slaniny - 5 *dkg* cibule - 1 rajské jablíčko - na špičku nože papriky - 20 *dkg* rýže - sůl - 3 *dkg* másla - 5 *dkg* vař. uz. masa - zel. petržel - 2 *dkg* parm. sýra.

c) Skopové maso.

Skopová kýta s česnekem.

Skopovou kýtu dobře odleželou opereme, naklepeme, zbavíme kostí, loje a blan a trochu osolíme. Masitou stranu prostrkáme česnekem, utřeným se solí, načež kýtu protáhneme na nudličky nakrájenou slaninou a motouzem svážeme, aby měla pěkný tvar. V pekáči na rozpáleném másle si usmažíme na plátky nakrájenou cibuli, připravené maso do něho vložíme, zalijeme trochu polévkou z kostí (kosti a blány se studenou vodou dáme vařiti a polévku z nich upotřebíme na zalití masa) a v troubě maso dusíme nejdříve přikryté. Pak je nepřikryté upečeme na obou stranách do červena. Měkkou kýtu nakrájíme, se šťávy sebereme přebytečný tuk, načež ji zaprášíme moukou, podusíme, zředíme polévkou a povaříme. Část omáčky nalijeme na maso, ostatní podáváme v omáčníku. Ke skopové kýtě podáváme brambory. Při skopovém mase přihlížejme k tomu, aby co

možno horké se dalo na stůl, neboť rychle stydne, a proto musí býti mísa, na kterou maso upravujeme, horká a též talíře náležitě prohřáté.

Rozpočet pro 5 osob: 1·25 *kg* kýty - sůl - 2 malé stroužky česneku - 6 *dkg* slaniny - 5 *dkg* másla - 3 *dkg* cibule - 1 *dkg* mouky.

Skopová kýta na smetaně.

Skopová kýta může se též upraviti bez slaniny, cibule a mouky Skopovou kýtu zbavíme kostí, loje a kůží, dobře ji naklepeme, potřeme tlučeným pepřem a jalovcem, dáme do kamenné nádoby, pokládáme na plátky nakrájenou cibulí, přikryjeme prkénkem, zatížíme a dáme do studena na 3 dny uležeti (v zimě i déle). Každý den maso obracíme! Poté kýtu otřeme utěrkou, osolíme a protáhneme ji osolenou, na nudličky nakrájenou slaninou. Na pekáči na zbytku slaniny a rozpuštěném másle si usmažíme na kolečka nakrájenou kořenovou zeleninu (celer, mrkev, petržel) a cibuli, několik zrnek pepře, nového koření, bobkový list, proutek tymiánu a kousek citronové kůry. Kýtu na to vložíme, zalijeme vařící vodou nebo polévkou a přikrytou dusíme v troubě asi hodinu; pak ji pečeme bez pokličky, poléváme vlastní šťávou nebo polévkou. Měkké maso nakrájíme, šťávu zahustíme kyselou smetanou, ve které jsme umíchaly trochu mouky a citronové šťávy nebo vína, procedíme ji na maso a vše ještě povaříme. Podáváme k ní knedlík nebo třené noky (viz Příkrmy str. 202).

Rozpočet pro 5 osob: 1·25 *kg* masa z kýty - sůl - 3 zrnka pepře - 2 zrnka jalovce - 4 *dkg* cibule - 3 *dkg* slaniny - 4 *dkg* másla - 12 *dkg* zeleniny (celer, mrkev, petržel) - 3 *dkg* cibule - 4 zrnka nov. koření - 5 celých pepřů - bobkový list - proutek tymiánu - 2 cm^2 citr. kůry - ⅛ *l* kys. smetany - 1 *dkg* mouky - z ½ citronu šťáva nebo 2 lžíce bílého vína.

Skopová kýta s rajskými jablíčky.

Skopové maso bez kosti naklepeme, zbavíme blan, protáhneme slaninou, osolíme, opepříme, zatočíme a povážeme motouzem, aby mělo pěkný tvar. Kousek slaniny nakrájíme na plátky, přidáme na plátky rozkrájenou cibuli, kousek rozstrouhaného chleba, rozkrájená rajská jablíčka, zavinuté maso a dáme péci bez podlití pod poklicí do trouby. Když se šťáva, kterou maso pustilo, vypeče, podlijeme je vodou nebo polévkou a udusíme do měkka. Mezi pečením maso obrátíme. Pak přidáme červené víno, kousek cukru a maso ještě povaříme. Šťávu procedíme a nalijeme na maso, které na stejné porce nakrájíme a složíme na ohřátou mísu. Do šťávy můžeme přidati ⅛ *l* kyselé smetany.

Rozpočet pro 5 osob: 1 ¼ *kg* masa z kýty nebo plecka - sůl - pepř - 5 *dkg* slaniny - 3 *dkg* slaniny - 5 *dkg* cibule - krajíček strouh. chleba - 3 rajská jablíčka - 4 lžíce červeného vína - 2 kostky cukru.

Skopový hřbet na způsob zvěřiny.

Skopový hřbet nebo plecko zbavíme kůže a loje. Maso osolíme, opepříme a protáhneme na nudličky nakrájenou slaninou. Na zbytcích nakrájené slaniny a rozpuštěném másle si usmažíme na koláčky

nakrájenou kořenovou zeleninu a cibuli, pak přidáme celý pepř, nové koření, bob. list, tymián, citronovou kůru a rajské jablíčko. Na usmažené položíme maso, podlijeme je polévkou a dáme péci. (Mezi pečením maso jednou obrátíme a často poléváme, aby neoschlo.) Měkké maso nakrájíme, šťávu zahustíme kyselou smetanou, ve které jsme umíchaly mouku, povaříme ji a procezenou nalijeme na maso, které podáváme horké. Také můžeme hřbet upraviti bez smetany s tím rozdílem, že šťávu zaprášíme moukou, zalijeme polévkou, citronovou šťávou a bílým vínem, přidáme kousek cukru a citr. kůru, šťávu povaříme a procezenou nalijeme na maso.

Rozpočet pro 5—10 osob: 1 ½ *kg* skopového hřbetu - sůl - 3 zrnka tluč. pepře - 6 *dkg* slaniny - 12 *dkg* másla - 12 *dkg* zeleniny (celer, mrkev, petržel) - 4 *dkg* cibule - 3 zrnka pepře - 2 nová koření - bob. list - tymián - 2 *cm*² citr. kůry - 1 rajské jablíčko - ¼ *l* kyselé smetany - 2 *dkg* mouky (nebo 4 lžíce bílého vína - 2 lžíce citronové šťávy - 1 kostku cukru - 1 *cm*² citronové kůry - 2 *dkg* mouky).

Skopová kýta na houbičkách.

Skopovou kýtu neb plecko zbavíme kostí a loje. Maso lehce opereme, otřeme, naklepeme, osolíme, opepříme a svážeme motouzem. Na kastrole v rozpuštěném másle dáme zarůžovět na plátky nakrájenou cibuli, přidáme krajíček chleba, špetku kmínu, odřezky a kosti z kýty a několik nakrájených čerstvých nebo sušených hříbků. Maso na to vložíme, zalijeme polévkou nebo vařící vodou a dusíme v troubě pod poklicí do měkka. Na jiný kastrol si dáme rozpustit máslo, přidáme drobně nakrájenou cibulku, zelenou sekanou petržel, a když cibulka zarůžoví, přidáme tam nakrájené hříbky a udusíme je. Měkké maso z trouby vyndáme, zbavíme motouzu, rozkrájíme na úhledné porce a složíme je do kastrolu na dušené hřiby. Šťávu, ve které se maso peklo, zaprášíme moukou, povaříme a procedíme na maso a ještě v omáčce 1 minutu povaříme. Maso, urovnané na míse, obložíme dušenou rýži.

Rozpočet pro 5 osob: 1 *kg* kýty - sůl - 3 zrnka pepře - 3 *dkg* másla - 3 *dkg* cibule - krajíček chleba - kmín - 10 *dkg* hřibů (nebo ½ *dkg* suchých) - 3 *dkg* másla - 2 *dkg* cibulky - zelená petržel - 2 hříbky (nebo ½ *dkg* suchých) - 1 ½ *dkg* mouky.

Guláš ze skopového masa.

Skopové maso z plece lehce opereme, nakrájíme na gulášové kousky a osolíme. Slaninu nakrájíme na kostečky a dáme trochu rozehřáti. Poté do ní vložíme kořenovou zeleninu (mrkev, celer, petržel) nakrájenou na kostečky, zelenou luskovou fazolku, spařenou, nakrájenou kapustu, zelenou sekanou petrželku a celerovou nať, načež přisypeme drobně nakrájenou cibulku, podusíme, přidáme osolené maso a chvíli dusíme. Pak vše podlijeme polévkou neb vařící vodou, opepříme, opaprikujeme, přidáme špetku majoránky, kmín, se solí utřený česnek a maso udusíme skoro do měkka. Pak nasypeme k masu oloupané, na kostečky nakrájené syrové brambory, přilijeme ještě trochu

polévky neb vařící vody a dusíme ještě tak dlouho, dokud brambory nezměknou. Guláš musí býti řídký. Potom jej urovnáme na mísu a podáváme k němu brambory.

Rozpočet pro 5 osob: 1 *kg* skopového masa z plece - sůl - 12 *dkg* slaniny - 10 *dkg* kořenové zeleniny (mrkev, celer, petržel) - 3 *dkg* zelené fazolky - ¼ hlávky kapusty - 4 lístky zelené petržele a celerové nati - 4 *dkg* cibule - 4 zrnka tluč. pepře, špetka majoránky, na špičku nože papriky - špetku kmínu - malý stroužek česneku - 30 *dkg* brambor.

Skopový pilaf.

Skopové maso z plecka, krku nebo kýty naklepeme, zbavíme kůže a nakrájíme na drobné kostečky. Ve větším kastrole na rozpáleném másle si usmažíme do růžova drobně nakrájenou cibulku, papriku, strouhaný zázvor a tlučený kmín. Nakrájené maso osolíme, přidáme do kastrolu, podlijeme malounko vodou a pomalu dusíme, až je poloměkké. (Je-li potřeba, zalije se malounko vařící vodou.) Pak nasypeme na maso vypranou spařenou rýži, lehce zamícháme, podle chuti přisolíme, zalijeme vařící vodou neb polévkou, přikryjeme poklicí a na mírném ohni udusíme. Když jest maso s rýží dosti měkké (nesmí to býti řídké, nýbrž hodně husté), vymažeme věncovou formu máslem, maso s rýží tam vtlačíme a necháme několik vteřin, aby se lépe stlačilo, pak vyklopíme na mísu, povrch posypeme sekaným vařeným uzeným masem, strouhaným parmezánským sýrem a ozdobíme zelenou petrželkou a horké podáváme. Také můžeme jen promaštěnou naběračkou udělati kopečky, které rovněž posypeme masem a sýrem. Skopový pilaf můžeme podávati též s rajskou omáčkou, ale i bez ní jest velice chutný.

Skopové maso můžeme před každou úpravou naložiti do másla, tak jak je napsáno při nakládání svíčkové pečeně — viz stranu 96.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* skop. masa bez kosti - sůl - 4 *dkg* másla - 5 *dkg* cibule - na špičku kulatého nože papriky - zázvoru - tluč. kmínu - 20 *dkg* rýže - 3 *dkg* uzeného masa - 2 *dkg* parmezánského sýra.

Skopové maso na paprice.

Skopové přední maso opereme, otřeme, nakrájíme na stejné kousky a osolíme. Slaninu nakrájíme na kostečky, a když se ohřeje, vložíme do ní drobně nakrájenou cibuli a usmažíme ji do růžova. Pak přidáme maso, papriku a dusíme je tak dlouho, až vysmahne. Maso zaprášíme moukou, podusíme, zalijeme vařící vodou neb polévkou, přidáme zavařeninu z rajských jablíček neb čerstvá prolisovaná rajská jablíčka a maso dusíme do měkka. Potom šťávu nalijeme do kyselé smetany, nalijeme zpět na maso, které povaříme v omáčce ještě malou chvíli. Měkké maso upravíme na mísu a polijeme procezenou omáčkou. Podáváme k němu moučné noky, houskové knedlíky nebo i brambory.

Rozpočet pro 5 osob: 1 *kg* předního skopového - sůl - 10 *dkg* slaniny - 8 *dkg* cibule - špetku papriky - 2 *dkg* mouky - 1 lžíce zavařeniny z rajských jablíček neb 2 velká rajská jablíčka - ¼ *l* kyselé smetany.

Skopové maso s majoránkou.

Přední, oprané maso nakrájíme na stejné kusy a osolíme. V kastrole na rozpuštěném másle si usmažíme na kolečka nakrájenou kořenovou zeleninu a cibuli, do usmaženého vložíme připravené maso, zalijeme je vařící vodou, přikryjeme poklicí a udusíme do měkka. V jiném větším kastrole si připravíme z másla a mouky žlutou jíšku, zředíme ji na zahoustlou omáčku odvarem masa, přidáme do ní se solí utřený česnek, majoránku, papriku a měkké maso a malou chvíli ještě povaříme. Horké podáváme s brambory.

Rozpočet pro 5 osob: 1 *kg* předního masa skop. - sůl - 2 *dkg* másla - 12 *dkg* zeleniny (celer, mrkev, petržel) - 2 *dkg* cibule - 3 *dkg* másla - 3 *dkg* mouky - majoránka - 1 stroužek česneku - na špičku nože papriky.

d) Jehněčí a kozlečí maso.

Nadívané jehněčí nebo kozlečí.

Přední díl jehněte nebo kůzlete lehce opereme, opatrně vyndáme kosti a osušíme. Pak uděláme pozorně kapsu, uvnitř i navrch maso osolíme, naplníme nádivkou a zašijeme nebo zašpejlíme. Na pekáči rozpustíme máslo, na dno složíme kosti, na ně položíme připravené maso nejdříve nádivkou nahoru, aby při pečení vykynula. Poté je obrátíme a pečeme ½ hodiny, opět obrátíme, povrch potřeme máslem a upečeme do červena. Při pečení potíráme máslem a podléváme málo vařící vodou. Celkem pečeme asi hodinu. Pak posypeme maso povrchu jemně strouhanou houskou a dáme na několik minut ještě do trouby (povrch se tak neusuší). Potom maso nakrájíme a polijeme šťávou. Podáváme je se salátem nebo jen s brambory.

Nádivka: Do umíchaného másla se solí zamícháme žloutky, strouhanou housku, mlékem nebo smetanou navlhčenou, sekanou zelenou petržel, hořkou mandli, z bílků sníh a suchou strouhanou housku.

Rozpočet pro 5 osob: Na ½ předního dílu jehn`te nebo na přední díl kozlete - sůl - 8 *dkg* másla - 1 *dkg* housky. — *Nádivka:* 7 *dkg* másla - sůl - 4 žloutky - 14 *dkg* strouhané housky - ⅛ *l* smetany - zelená petržel - hořká mandle - ze 4 bílků sníh a 8 *dkg* suché strouhané housky.

Zadělávané jehněčí nebo kozlečí.

Připravujeme jako zadělávané telecí maso. Jehněčí na paprice upravuje se též jako telecí na paprice.

Smažené kozlečí nebo jehněčí.

Přední díl kůzlete zbavíme větších kostí, opereme, spaříme, osušíme, nakrájíme na kousky, osolíme, obalíme moukou, vejci a strouhanou houskou. Nejdříve smažíme v dobře rozpáleném sádle, aby brzo zčerve-

nalo, a pak na mírnějším ohni dosmažíme. Kozlečí i jehněčí podáváme horké se špenátem a ozdobíme je nakrájeným citronem a zelenou petrželí. Jehněčí před smažením několik minut povaříme.

Rozpočet pro 5 osob: ½ předního dílu kozlete - sůl - 6 *dkg* mouky - 2 vejce - 15 *dkg* housky - 18 *dkg* sádla.

Pečené jehně.

Jehněčí nebo kozlečí zadek opereme, osušíme a osolíme. Na pekáči si rozpustíme máslo, na dno vložíme 2 špejle, na tyto položíme zadeček masitou stranou (aby na pekáč nepřilehl). Peče se nejdříve ve vlastní šťávě, načež se obrátí, trochu podlije vařící vodou a upeče do červena. Zadeček jest upečen za 1½ hod., menší i dříve. Horký nakrájíme a podáváme se šťávou. Připravujeme-li více šťávy, zaprášíme ji moukou, zředíme, povaříme a procedíme. Při pečení poléváme maso často šťávou, aby neoschlo.

Rozpočet: Na jeden jehněčí zadek - sůl - 20 *dkg* másla (1 *dkg* mouky).

Jehně na sardelích.

Upravuje se právě tak, jen s tím rozdílem, že se při pečení potírá sardelovým máslem a hotová šťáva zahustí se kyselou smetanou s moukou a povařená a procezená se nalije na nakrájeného beránka.

Nadívaný jehněčí zadek připravujeme podobně jako přední díl jehněte, viz str. 125.

Rozpočet: Na jehněčí zadek - 3 *dkg* sardelí - 14 *dkg* másla - ¼ *l* kyselé smetany - 2 *dkg* mouky.

e) Vepřové maso.

Dušené vepřové kotlety.

Z vepřového hřbetu bez kůže nakrájíme si kotlety, otřeme je utěrkou, na tučné straně je malounko dvakráte nařízneme (aby se při úpravě nezkroutily), potom je naklepeme, osolíme, opepříme, obalíme moukou a zprudka je opečeme na rozpáleném tuku po obou stranách (opékáme je proto, aby všechny výživné látky zůstaly v mase). Opečené kotlety klademe do většího kastrolu na sádlo, ve kterém jest usmažená, drobně nakrájená cibulka a trochu kmínu, zalijeme je vařící vodou, přiklopíme poklicí a na mírnějším ohni udusíme kotlety do měkka. Měkké kotlety urovnáme na mísu, ozdobíme je věnečkem z udušené rýže, procezenou šťávou je trochu polijeme, ostatní podáváme v omáčníku. Přidáme-li na každou kotletu po udušení do omáčky ½ kávové lžičky hořčice a bílého vína, jsou to tak zvané vepřové kotlety s pikantní omáčkou.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* vepřového hřbetu (pečínky) - 2 *dkg* sádla - sůl - 4 zrnka tlučeného pepře - kmín - 3 *dkg* mouky - 4 *dkg* sádla - 4 *dkg* cibule.

Kotlety na paprice.

Opečené kotlety udusíme jako v předešlém předpise, ale místo pepře a kmínu je opaprikujeme. Měkké zalijeme kyselou smetanou, ve které je chvíli povaříme. Pak je urovnáme na mísu a polijeme procezenou šťávou.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* vepřové pečínky (5 kotlet) - sůl - 2 *dkg* sádla - papriky na špičku nože - 3 *dkg* mouky - 4 *dkg* sádla - 4 *dkg* cibule - ⅛ *l* kyselé smetany.

Vepřové kotlety na hříbkách.

Upravují se jako dušené kotlety, avšak do hotové omáčky se přidají na lístky nakrájené, na másle udušené hříbky (20 *dkg*). V zimě, když nejsou čerstvé houby, upotřebí se suché, které se v mléce do měkka uvaří a pak na másle udusí (1 *dkg* hříbků a 1 *dkg* másla).

Smažené kotlety.

Kotlety připravíme jako smažené telecí řízky a právě tak upravujeme i vepřové řízky.

Nadívané vepřové řízky I.

Z vepřového masa z kýty si nakrájíme řízky, sádlo ořežeme, pak je naklepeme, osolíme, potřeme usmaženou, drobně nakrájenou cibulkou a na každý vložíme kávovou lžičku spařené rýže, zatočíme je, povážeme tenkým, opraným motouzkem, povrchu osolíme, obalíme moukou a zprudka je na sádle opečeme. V jiném kastrole na másle si usmažíme drobně nakrájenou cibulku, přidáme trochu papriky, opečené závitky tam vložíme, zalijeme polévkou a udusíme je do měkka. Z měkkých závitků odstraníme motouz, šťávu zaprášíme moukou, zředíme, povaříme a procezenou nalijeme na maso.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* vepřového masa z kýty - sůl - 2 *dkg* mouky - 1 *dkg* másla - 2 *dkg* cibule - 10 *dkg* rýže - 3 *dkg* sádla - 4 *dkg* cibule - paprika - 1 *dkg* mouky - 5 *dkg* másla.

Nadívané vepřové řízky II.

Naklepané řízky osolíme, potřeme nádivkou, zatočíme, povážeme, obalíme moukou a opečeme. Pak je zalijeme polévkou z kostí, přiklopíme poklicí a udusíme do měkka. Přidáme k nim kyselou smetanu s moukou a v omáčce je povaříme.

Do omáčky se mohou přidati sekané kapary (½ *dkg*).

Nádivka: syrové vepřové maso nebo telecí umeleme, zamícháme do něho smaženou cibulku, zelenou petržel, sůl, tlučený pepř, vejce a podle potřeby strouhanou housku. Promíchanou nádivkou potíráme řízky.

Rozpočet pro 5 osob: 5 větších řízků (75 *dkg* masa) - sůl - 4 *dkg* sádla - 3 *dkg* mouky - ⅛ *l* kyselé smetany - 1 *dkg* mouky. — *Nádivka:* 12 *dkg* masa sy-

rového vepřového nebo telecího - sůl - 1 *dkg* másla - 2 *dkg* cibulky - zelenou petržel - 2 zrnka tlučeného pepře - 1 vejce - 3 *dkg* strouhané housky.

Vepřové kotlety v rosolu.

Vepřové kotlety otřeme utěrkou a na tučné straně je dvakráte nařízneme. V osolené vodě povaříme 2 hod. vepřovou nožičku a kůži, pak tam přidáme na plátky nakrájenou kořenovou zeleninu, koření, cibuli, ocet, kotlety a vše vaříme na mírném ohni tak dlouho, až jsou kotlety měkké. Pak je vyndáme a zabalíme do vlhké utěrky, aby neoschly. Tekutinu, ve které se vařily, procedíme, podle chuti okyselíme nebo osolíme, zamícháme do ní rozmíchané bílky a na plotně ji, stále šlehajíce metlou, přivedeme do varu. Pak dáme rosol na kamna a za ¼ hod. jej ubrouskem procedíme. Kotlety urovnáme na hlubokou mísu, rosolem zalijeme a dáme ztuhnouti do studena. Pak je podáváme ozdobené citronem a zelenou petrželkou.

Rozpočet pro 5 osob: 5 vepřových kotlet - 1 vepřová nožička - sůl - 15 *dkg* vepřové kůže - 8 *dkg* zeleniny - 5 *dkg* cibule - 5 zrnek pepře - 2 nové koření - 1 bobkový list - ⅛ *l* octa - 2 bílky.

Ovar s křenem.

Kousek masa z hlavy, rypáček, kousek masa z krku, jazyk, ouška uvaříme v osolené vodě, ne příliš do měkka. Horké podáváme na stůl se strouhaným křenem, solí a chlebem.

Vepřový guláš zahuštěný chlebem.

Vepřové raménko lehce opereme, zbavíme je kostí a nakrájíme na kostky. V kastrole si na sádle usmažíme drobně nakrájenou cibulku a kmín. Pak tam vložíme maso, osolíme a dusíme tak dlouho, až šťáva vysmahne. Vysmahlé maso zaprášíme strouhaným chlebem, chvíli podusíme, načež podlijeme polévkou nebo vařící vodou a udusíme je do měkka. Měkké maso vyndáme drátěnou naběračkou a polijeme procezenou šťávou. Přidáme-li do omáčky piva, máme vepřové na pivě.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* vepřového raménka - sůl - 3 *dkg* sádla - 4 *dkg* cibule - kmín - 3 *dkg* chleba - (1/16 *l* piva).

Szegedínský guláš I.

Vepřový opraný bůček (podbříšek) nebo pečínku s kůží nakrájíme na větší kousky a osolíme. V kastrole si na rozpuštěné slanině, másle nebo sádle usmažíme drobně nakrájenou cibulku, načež přidáme lžičku papriky, kmínu, lžičku polévky, osolené maso a dusíme asi ½ hodiny. Poté přidáme k masu překrájené oprané kyselé zelí a na kostečky nakrájené brambory, podle potřeby zalijeme vařící vodou a vše udusíme do měkka. Pak zalijeme maso kyselou smetanou, přisolíme nebo okyselíme octem a povaříme. Místo brambor můžeme guláš zahustiti bledou řídkou jíškou a přidati 1 lžíci prolisovaných rajských jablíček.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* vepřového raménka nebo bůčku - sůl - 3 *dkg* slaniny - másla nebo sádla - 6 *dkg* cibule - kmín - paprika - 20 *dkg* kyselého zelí - 10 *dkg* brambor - ¼ *l* kyselé smetany (na jíšku 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky), 1 lžíci prolisovaných jablíček neb zavařeninu z rajských jablíček.

Szegedínský guláš II.

Na sádle si usmažíme do růžova drobně nakrájenou cibulku, přidáme papriku, utřený česnek, na kostky nakrájené vepřové maso osolíme, zalijeme polévkou a udusíme do měkka. Poté je zahustíme řídkou jíškou a povaříme ještě dobře. V jiném kastrole usmažíme cibulku a papriku, přidáme kyselé zelí, zalijeme je 1 lžící vody a udusíme do měkka. Pak zelí zamícháme do guláše a vše ještě dobře prohřejeme.

Rozpočet pro 5 osob: 3 *dkg* sádla - 5 *dkg* cibule - na špičku nože papriky - ½ stroužku česneku - 75 *dkg* vepřového masa (bůčku) - jíška: 1½ *dkg* sádla - 1½ *dkg* mouky. — *Na zelí:* 2 *dkg* sádla - 2 *dkg* cibule - paprika - 20 *dkg* zelí.

Vepřové maso s mrkví.

Drobně usekanou, na másle usmaženou cibulku zalijeme vodou, do ní vložíme na kostky nakrájené vepřové maso, osolíme, opepříme a chvíli dusíme. Pak přidáme k masu na nudle nakrájenou očištěnou mrkev a vše udusíme do měkka. Měkké zahustíme žlutou, řídkou jíškou a ještě dobře povaříme. Před podáváním podle chuti osolíme, opepříme a zamícháme sekanou zelenou petrželkou. Takto můžeme upraviti vepřové též s brukví, tuřínem a vodnicí a kapustou. Kapustu dříve spaříme a usekáme. Právě tak připravujeme i přední maso skopové.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* vepřového bůčku nebo raménka - sůl - pepř - 2 *dkg* másla - 5 *dkg* cibulky - 50 *dkg* mrkve - nebo jiné zeleniny - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky - zelenou petržel.

Vepřová panenská pečeně.

Vepřovou svíčkovou (tak zv. panenskou) jmenujeme onu část masa, jež leží uvnitř pod žebry směrem ke hřbetní kosti po délce vepřové pečínky. Je to dlouhý kulatý váleček masa.

Vepřovou svíčkovou (panenskou) osolíme, opepříme a protáhneme na nudličky nakrájenou slaninou. Pak ji vložíme na kořenovou zeleninu na koláčky nakrájenou, na másle usmaženou a za častého polévání šťávou a podlévání vodou upečeme na obou stranách do měkka. Pak šťávu zahustíme kyselou smetanou s umíchanou moukou a v omáčce svíčkovou povaříme. Potom ji nakrájíme a polijeme procezenou omáčkou. Také místo smetany připravuje se omáčka s rajskými jablíčky, které se v omáčce s pečení ¼ hod. pekou a pak se šťáva jen moukou zapráší, povaří a procezená nalije na nakrájené maso. K masu podáváme nudle, makarony nebo rýži.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* panenské - sůl - pepř - 3 *dkg* slaniny - 3 *dkg* másla - 10 *dkg* zeleniny - ⅛ *l* smetany - 1½ *dkg* mouky (2 rajská jablíčka).

Vepřový bůček nadívaný.

Vepřový bůček opereme, zbavíme kostí, uděláme do něho kapsu, uvnitř i navrch jej osolíme, naplníme nádivkou, zašijeme a posypeme trochu kmínem. Pak jej dáme do pekáče na dvě špejle, kůží dolů, podlijeme horkou vodou, přikryjeme pokličkou a chvíli pečeme. Pak maso obrátíme, kůžičku nakrájíme na kostečky, potřeme ji máslem a pečeme v troubě, až je maso měkké a kůžička chřuplavá. Mladé maso pečeme celkem 1½ hod., starší déle. Po té době maso vyzkoušíme železnou špejlí, jde-li lehce vytáhnouti, jest maso upečeno. Měkké propečené maso nakrájíme ostrým nožem na tenké plátky, do šťávy příliš tučné nalijeme trochu polévky neb vařící vody a podáváme k masu. K tomuto masu hodí se brambory a zelí, bramborový salát, hlávkový salát a pod. Úpravu nádivky viz Nadívané jehněčí neb kozlečí, str. 125.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* vepřového podbříšku (bůčku) - sůl - kmín - 2 *dkg* másla — *Nádivka:* 4 *dkg* másla - 3 vejce - 10 *dkg* máčené housky - ⅛ *l* mléka - sůl - květ - zel. petržel - 1 cm^2 citr. kůry - 8 *dkg* strouhané housky.

Vepřová pečeně s ledvinkou.

Vepřovou pečeni s ledvinou lehce opereme, osolíme a posypeme kmínem. Do pekáče dáme dvě špejle, na ně položíme maso kůží do pekáče, polijeme je trochu (ne mnoho) horkou vodou, přiklopíme poklicí a dáme do trouby dusiti. Když je kůžička rozpařená, nakrájíme ji na kostičky, osolíme, znovu dáme do pekáče a pečeme bez poklice na obou stranách do červena asi 1½ hod. Pak maso nakrájíme na porce, tučnou šťávu zředíme polévkou nebo vodou a povařenou podlijeme maso. K pečeni podáváme knedlík nebo brambory a zelí. Taktéž pečeme maso z kýty, z plecka a pod. Ze staršího dobytčete kůži a sádlo seřízneme, nakrájíme a zvlášť vyškvaříme.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* vepřové pečeně - sůl a kmín.

Holandská kýta.

Oprané vepřové maso z kýty zbavíme kůže, tuku, protáhneme je na nudličky nakrájenou slaninou a osolíme. V kastrole na rozpáleném másle a zbytku slaniny si usmažíme do růžova na kolečka nakrájenou kořenovou zeleninu, pepř, nové koření a tymián. Pak tam vložíme maso, podlijeme je polévkou a dusíme nejdříve pod poklicí, pak nepřikryté upečeme po obou stranách do červena. Měkkou kýtu nakrájíme, složíme do kastrolu, šťávu zahustíme kyselou smetanou, ve které jsme umíchaly mouku a citronovou šťávu, načež obarvíme omáčku do žluta upraženým cukrem, povaříme ji a procezenou nalijeme na maso, které v omáčce malou chvíli povaříme. Podáváme k ní třené noky nebo obrovský knedlík (viz Příkrmy, str. 202). Můžeme však podávati i brambory.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* vepřového masa z kýty - sůl - 4 *dkg* slaniny - 10 *dkg* zeleniny (celer, mrkev, petržel) - 5 *dkg* másla - 4 zrnka pepře - 2 zrnka nového koření - proutek tymiánu - ¼ *l* kyselé smetany - 2 *dkg* mouky - 1 citron - 1 *dkg* cukru.

Vepřová kýta à la Hamburk.

Vepřovou kýtu zbavíme kostí, kůže a sádla, naklepeme ji a vložíme do těsné kamenné nebo porcelánové nádoby. Bílé víno povaříme s očištěnou kořenovou zeleninou na kolečka nakrájenou, cibulí a kořením a prochladlé nalijeme na kýtu. Pak ji přiklopíme talířem a dáme na 2—3 dny do studené místnosti uležeti. Každý den ji obrátíme. V kastrole si na másle usmažíme čerstvou, na kolečka nakrájenou kořenovou zeleninu s cibulí a kořením, odleželou kýtu z vína vyndáme, nasolíme, vložíme ji do usmažené zeleniny a dusíme ji. Po chvilce podlijeme ji vínem, v němž byla naložena, vařící vodou, a udusíme ji do měkka. Kýtu nakrájíme, šťávu zaprášíme moukou, povaříme a procezenou nalijeme na nakrájené maso.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* vepřové kýty - ¼ *l* bílého vína - 12 *dkg* kořenové zeleniny (celer, mrkev, petržel) - 4 *dkg* cibule - 5 zrnek pepře - 2 zrnka nov. koření - bob. list - tymián - 5 *dkg* másla - 5 *dkg* čerstvé zeleniny - koření - 4 *dkg* cibule - 2 *dkg* mouky - sůl.

Vepřové maso na smetaně.

Vepřové maso z kýty zbavíme tuku a kůže, naklepeme je, prostrkáme slaninou a mrkví, osolíme a opepříme. V kastrole vyškvaříme ořezané, nakrájené sádlo a zbytky slaniny, přidáme nakrájený celer, mrkev a cibuli a vše upražíme do světležluta. Pak přidáme odřezky z masa, celý pepř, francouzskou hořčici, zalijeme polévkou, přidáme maso, přiklopíme a chvíli v troubě dusíme. Pak maso obrátíme a upečeme je do měkka. Pečené maso vložíme do jiného kastrolu a na teplém místě necháme státi. Šťávu zalijeme bílým vínem, zahustíme ji kyselou smetanou s moukou, povaříme, pak procedíme na maso, které 2 minuty v omáčce povaříme. Potom maso nakrájíme na plátky, trochou šťávy polijeme, ostatní podáváme v omáčníku. K masu podáváme knedlíky, noky nebo také makarony (viz Příkrmy, str. 202—207).

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* vepřové kýty - sůl - 3 zrnka pepře - 8 *dkg* slaniny - 1 mrkev - 5 *dkg* cibule - ½ mrkve - ½ celeru - $^1/_{16}$ *l* bílého vína - kávová lžička francouzské hořčice - ⅛ *l* kys. smetany - 5 zrnek celého pepře - 1 ½ *dkg* mouky.

Vepřové maso na sardelích.

Vepřové maso z plece nebo z kýty zbavíme kostí a kůže, naklepeme je, svážeme motouzem, málo osolíme, potřeme sardelovým máslem nebo prostrkáme na nudličky nakrájenou sardelí a slaninou. Pak je dáme dusit na kastrol, ve kterém jsme na másle a slanině usmažily na plátky nakrájenou cibuli. Po chvíli podlijeme maso polévkou z kostí nebo vařící vodou, obrátíme je a povrchu posypeme jemně strouhanou, prosátou houskou a v troubě je upečeme do měkka. Upečené maso nakrájíme, šťávu zaprášíme moukou, podusíme, zalijeme polévkou nebo vařící vodou, povaříme a procedíme na maso. K masu podáváme omeletové nudle. Také místo housky můžeme

omáčku zalíti kyselou smetanou, ve které jsme umíchaly mouku, citronovou šťávu a povařenou procezenou omáčku nalijeme na maso.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* masa z plecka nebo kýty - sůl - 2 *dkg* másla - 2 sardele - 4 *dkg* slaniny - 3 *dkg* másla - 4 *dkg* cibule - 2 *dkg* strouhané housky - 2 *dkg* mouky nebo ¼ *l* kyselé smetany - z ½ citronu šťáva a 2 *dkg* mouky.

Vepřové maso s vejci a brambory.

Lehce oprané vepřové maso nakrájíme na stejné kousky. V kastrole usmažíme do růžova na másle neb sádle drobně nakrájenou cibulku, do ní vložíme maso, osolíme a dusíme tak dlouho, až šťáva na mase vysmahne. Pak je podlijeme málo vařící vodou a udusíme skoro do měkka. Vzniklou omáčku dáme opět vysmahnouti, načež do ní zamícháme brambory zvlášť uvařené, oloupané, nakrájené na větší kostečky. Do toho přilijeme umíchaná syrová vajíčka, přisolíme, opepříme, lehce promícháme a opečeme na plotně do růžova. (Pozor, aby se brambory nerozmačkaly!) Upečený pokrm upravíme na mísu do podoby kopečku, ozdobíme zelenou kadeřavou petrželí a hodně horký podáváme s hlávkovým salátem, okurkovým salátem neb míchaným kompotem.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* vepřového raménka - sůl - 8 *dkg* másla neb sádla - 2 *dkg* cibule - 50 *dkg* bramborů - 3—4 vejce - sůl - tlučený pepř - zelená petržel.

Pečené selátko.

Selátko rozřízneme jen po bříšku, vykucháme, uvnitř je vypereme, vysolíme, kmínujeme i v rypáčku, naplníme houskami, sešijeme, prostrčíme velkou želez. špejlí od rypáčku až k ocásku a přední nožičky mu zmáčkneme. Dno hlubokého pekáče vymastíme slaninou nebo máslem, naň položíme čisté vařečky neb mřížku, na to dáme selátko hlavou dolů, aby velká špejle sahala přes okraj pekáče. Navrchu selátko osolíme, polijeme horkou vodou a dáme do trouby. Mezi pečením potíráme je slaninou namočenou v polévce, pivem a máslem. Když ouška a ocásek zčervenají, pokryjeme je pomaštěným kornoutkem. Potom je obrátíme a dobře u hlavičky propečeme, protože tam je nejtučnější. Kdyby se na kůži při pečení utvořily puchýřky, musíme je propíchnouti, aby kůžička zůstala hladká. Selátko pečeme celkem 2 hodiny. Nakrájené selátko upravíme na mísu tak, aby vypadalo jako celé a ozdobíme je citronem a zelenou kadeřavou petrželí a polijeme šťávou.

Rozpočet: Na 1 sele - sůl - kmín - 5 *dkg* másla - 8 *dkg* slaniny a ¼ *l* světlého piva - 15 *dkg* housky.

Vepřová krev s kroupami.

Přebrané velké kroupy dáme do čistého hrnce, zalijeme je vodou, osolíme, přidáme kousek másla nebo sádla a uvaříme do měkka. Tučné vepřové maso (bůček) nebo sádlo nakrájíme a vyškvaříme. Nato přisypeme drobně nakrájenou cibulku a jakmile zarůžoví, přilijeme vepřovou krev a stále míchajíce dusíme, načež přidáme udušené kroupy

a směsi mícháme, až je krev tmavá. Podle chuti opepříme, osolíme a podáváme se zelím.

Rozpočet pro 5 osob: 25 *dkg* krup - 2 *dkg* másla nebo sádla - 10 *dkg* bůčku nebo syrového sádla - 5 *dkg* cibule - ½ *l* vepřové krve - pepř - sůl.

Vepřová krev s krupicí.

Vepřovou krev vodou lehce opláchneme a dobře ji rozmícháme. V kastrole si rozehřejeme máslo nebo nakrájenou slaninu, přilijeme krev a mícháme, aby nezůstaly velké kousky, pak přidáme kmín, krupici nebo strouhanou žemli, opepříme a dusíme, až je krev tmavá. Potom krev osolíme a hned podáváme.

Rozpočet pro 5 osob: ½ *l* vepřové krve - 8 *dkg* másla nebo slaniny - na špičku nože kmínu a pepře - 5 *dkg* krupice nebo 5 *dkg* strouhané žemle - sůl.

Vepřové dušené ledvinky.

Vepřové ledvinky zbavíme tuku, nakrájíme je na jemné plátky a řádně vypereme, načež je dáme na síto okapati. V kastrole na rozpáleném sádle nebo másle usmažíme drobně nakrájenou cibulku, přidáme do ní papriku, kmín a okapané ledvinky a dusíme je ve vlastní šťávě. Když šťáva vysmahne, zaprášíme je moukou a chvíli smažíme, pak je zalijeme vařící vodou a povaříme. Na míse ledvinky osolíme a hned podáváme. Takto se upravují telecí a hovězí ledviny, ale také telecí játra.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* vepřových ledvinek - 4 *dkg* sádla aneb 5 *dkg* másla - 5 *dkg* cibule - kmín - paprika - 1 *dkg* mouky - sůl.

Pečená játra s brambory.

Vyprané brambory uvaříme ve slupce do měkka, oloupáme je a na kolečka nakrájíme. Vepřové ramínko lehce opereme, vložíme do osolené vařící vody a uvaříme do měkka. (Polévku z masa upotřebíme na polévku.) Vepřová neb telecí syrová játra vypereme v mléce a umeleme s vepřovým masem na strojku. Umletou směs osolíme, okořeníme pepřem, majoránkou a dobře promícháme. Čerstvá vejce uvaříme na tvrdo a oloupaná nakrájíme na plátky. Pekáček vymažeme sádlem, načež dno vyložíme připravenými brambory, osolíme, opepříme je a rozetřeme část masové směsi, přidáme vejce, opět brambory a pokračujeme, až je pekáček plný. Povrchu musí býti brambory. Tyto poklademe nakrájeným škvařeným sádlem a pokrm v troubě upečeme do růžova. Horký pokrm upravíme na mísu a podáváme se salátem.

Rozpočet pro 5 osob: 150 *dkg* brambor - 25 *dkg* vepřového ramínka - 30 *dkg* vepřových neb telecích jater - ⅛ *l* mléka - sůl - trochu tlučeného pepře - špetku majoránky - 4 vejce - 4 *dkg* sádla do pekáče - 8 *dkg* sádla.

Vařená šunka. (Uzená kýta.)

Lehce opranou šunku vložíme do vařící vody kůží dolů, dobře ji přikryjeme, aby se vařila v páře, asi za 1½ hod. ji obrátíme a vaříme

až je měkká. Nejlépe to poznáme, když se dá vytáhnouti malá kost. (Taktéž uzené maso vkládáme vždy do vařící vody, aby bylo šťavnaté.) Studenou šunku tence nakrájíme a ozdobíme aspikem. Horkou šunku podáváme se strouhaným křenem.

Tlačenka.

Vepřové maso, jazyk, srdce, vepřová ouška a rypáček (může se přidati též telecí jazyk) opereme a vložíme do osolené vody a uvaříme. Uvařené, vychladlé nakrájíme na silné nudle, dáme do mísy, polijeme polévkou, vepřovou krví, osolíme a opepříme. Vepřový žaludek vyčistíme solí a černou moukou, dobře vypereme, dáme do něho maso s krví, zašpejlíme, povážeme motouzem, vložíme do polévky a vaříme zvolna hodinu. Potom tlačenku špejlí vyzkoušíme, a neteče-li krev, vyndáme ji, vložíme mezi dvě prkénka, zatížíme a dáme vychladnouti do studena.

Rozpočet: Na $\frac{3}{4}$ *kg* vepřového masa 1 vepřový jazyk - telecí jazyk - vepřové srdce - vepřová ouška - rypáček - sůl - pepř - $\frac{1}{4}$ *l* vepřové krve - vepřový žaludek.

Klobásy.

Vlažnou vodou dobře vypraná skopová střívka navlékneme na stříkačku, načež stříkačku naplníme míšeninou a střívka opatrně plníme. Hotové klobásy polijeme horkou vodou, aby se dobře očistily, pak je otřeme utěrkou, obalíme moukou, rozdělíme na dílky, zatočíme do závitnic, prostrčíme špejlí a usmažíme je v horkém sádle. Také můžeme klobásy obaliti moukou, vejci a houskou a jako řízky usmažiti. Podáváme k nim bramborovou kaši.

Míšenina: vepřové maso a mlékem navlhčenou housku dvakráte umeleme, přidáme sůl, tluč. pepř, citr. kůru, květ a bílé víno (může se také vejce přidati) neb smetanu. Vše dobře promícháme.

Rozpočet pro 5 osob: 40 *dkg* vepřového masa - 4 *dkg* housky (bez kůrky) - $\frac{1}{16}$ *l* mléka - 4 lžíce bílého vína - sůl - citr. kůra - tlučený pepř a květ - skopová střívka - 2 *dkg* mouky na obalení a špejle - 2 lžičky smetany.

Jaternice.

Vepřová játra rozdělíme na 2 díly. Polovinu jich dáme vařiti s vepřovou hlavou, plícemi, srdcem a jazykem. Druhou polovinu syrovou jemně usekáme. Vařené maso rozsekáme, přidáme k němu syrová, usekaná játra, polévkou dobře namočené housky, koření, utřený česnek a sůl. Sekaninu dobře zamícháme a podle potřeby zředíme mastnou polévkou. Vepřová, dobře vypraná a čistá střívka s jedné strany zašpejlíme, pomocí stříkačky sekaninou naplníme zašpejlíme je na druhé straně a dáme vařiti do vařící polévky na několik minut. Když vyplavou, jsou dost uvařeny. Vařené ihned vyndáme. Popícháme je jehlou a opečeme je na sádle.

Rozpočet: $\frac{1}{2}$ *kg* vepřových jater - vepřový kořínek - vepřová hlava - $\frac{1}{2}$ *kg* housek - 1 *dkg* tluč. pepře - sůl - $\frac{1}{2}$ *dkg* von. koření - 1 *dkg* zázvoru -

trochu majoránky - 4 stroužky česneku - vepřová střívka a špejle - 2 *dkg* sádla na opečení.

Jaternicový prýt.

Vepřový kořínek, kousek laloku neb tučného vepřového masa uvaříme. Vařené maso usekáme, dáme do mísy, přidáme syrová, usekaná vepřová játra, ve vodě neb v polévce z masa namočené prolisované žemle, trochu majoránky, tluč. pepře, soli, nov. koření, tluč. zázvoru, se solí utřený česnek a trochu polévky. Směs dobře promícháme, dáme do sádlem vymazaného pekáče a pečeme ½—¾ hod. Pečený prýt dáme na mísu a podáváme k němu brambory a zelí.

Rozpočet pro 5 osob: vepřový kořínek (t. j. srdce a plíce) - 25 *dkg* laloku neb bůčku - 12 *dkg* vepřových jater - 2 žemle - špetku majoránky - 5 zrnek tluč. pepře - 2 zrnka nového koření - 1 stroužek česneku - špetku zázvoru - sůl - 4 lžíce polévky - 3 *dkg* sádla do pekáče.

Jelita.

Dobře umíchanou syrovou vepřovou krev nalijeme na rozstrouhané žemle. Vepřový bůček neb maso z hlavy uvaříme do měkka. Měkké maso nakrájíme na menší kousky a přidáme do krve. Pak přidáme ještě na sádle usmaženou cibulku, usekané vepřové škvarky a podle hustoty polévky z vepřového masa. Sekaninu okořeníme tlučeným pepřem, novým kořením, zázvorem a majoránkou, načež přidáme sůl a utřený česnek. Sekaninu upravíme přiměřeně hustou a naplníme jí čistá střeva, která dříve zašpejlíme na jedné straně a pak naplněná zašpejlíme na straně druhé. Jelita vaříme v polévce 6—8 minut. Vařená jelita podáváme s křenem, nebo je na sádle opečeme a podáváme se zelím a brambory.

Tuto sekaninu místo do střev můžeme upraviti na sádlem vymazaný pekáč a upéci v troubě. Jest to tak zv. jelitový prýt.

Rozpočet pro 5 osob: 1 *l* vepřové krve - 25 *dkg* strouhané žemle - 50 *dkg* vepřového bůčku neb masa z hlavy - 10 *dkg* škvarků - 1 *dkg* sádla - 2 *dkg* cibule - 10 zrnek tluč. pepře - 8 zrnek nového koření - špetku majoránky - ¼ *dkg* zázvoru - 2 stroužky utřeného česneku - sůl - čistě vypraná vepřová střeva a špejle.

Kroupová jelita.

Přebrané kroupy dáme do kamenného hrnce, zalejeme vodou, osolíme, přidáme kousek másla neb sádla, uvaříme do měkka a dáme vychladnouti. Tučné maso nakrájíme na malé kostečky a vyškvaříme jako sádlo a zamícháme do vařených krup, načež přidáme tlučený pepř, majoránku, usmaženou cibulku, a stále dobře míchajíce, vepřovou krev. Směs musí býti úplně řídká. Vyčištěná vepřová střeva vždy na jednom konci zašpejlíme, řídkou směsí naplníme a znovu zašpejlíme. Potom je vaříme 8—15 minut. Píchnutím čistou jehlou se přesvědčíme; nevytéká-li z nich syrová krev, jsou uvařená. K hotovým podáváme brambory a zelí. Nebo je opékáme na sádle jako jaternice. Směs můžeme upéci v pekáči na sádle a podáváme ji jako jelitový prýt.

Rozpočet pro 5 osob: ½ *kg* krup - sůl - 2 *dkg* másla - ⅜ *l* vepřové krve - 5 *dkg* cibule - tluč. pepř - 15 *dkg* vepřového laloku - špetku majoránky - vyčištěná střeva - špejle. — Na prýt do pekáče 2 *dkg* sádla.

Taliány.

Libové hovězí maso z mladého hovězího kusu (býčka) nasekáme na malé kostky, polovinu kostek umeleme na masovém strojku. Vepřový, hodně prorostlý bůček nakrájíme též na kostky. Takto upravené maso dáme do mísy, přidáme se solí utřený česnek, tlučený bílý pepř, tlučené koření a tak zv. kardamony, zalijeme studenou vodou a směs dobře promícháme. Touto směsí naplníme (pomocí rohového nebo plechového trychtýře) předem připravené, dobře vyprané tenší hovězí střevo, které při plnění v délce 10 *cm* převážeme motouzem na uzel. Hotové syrové taliány pověsíme na dřevěnou tyčku a necháme je v chladné místnosti dva až tři dny viseti. Před podáváním vaříme taliány 1¼—1½ hodiny.

Rozpočet pro 5 osob: 1 *kg* hovězího masa - 1¼ *kg* vepřového bůčku - 4 větší stroužky česneku - sůl - špetku tluč. bílého pepře - 1 *g* tluč. koření kardamony - ¼ — ½ *l* vody - 3 metry hovězího tenšího střeva - motouz na převázání.

Vepřová huspenina.

Vepřové maso, telecí maso, kousek hlavy, vepřové nožky, nakrájenou kořenovou zeleninu, cibuli uvaříme se solí a kořením do měkka. Měkké maso nakrájíme na kostečky, do polévky dáme zpět kosti, podle chuti octa a chvíli je ještě povaříme. Pak maso urovnáme do formy, zalijeme procezeným odvarem z kostí a dáme ztuhnouti. Pak je vyklopíme, posypeme drobně nakrájenou cibulkou, tluč. pepřem, pokapeme octem a olejem.

Rozpočet pro 5 osob: ¼ *kg* vepřového masa - ¼ *kg* masa z hlavy - ¼ *kg* telecího masa - 2 nožičky - sůl - 12 *dkg* zeleniny - 4 *dkg* cibule - 6 zrnek pepře - ¼ *l* octa - tluč. pepř a 3 *dkg* cibulky na posypání a 2 lžíce tabulového oleje.

Sekaná pečeně.

Hovězí, vepřové a telecí maso odblaníme, nakrájíme na kousky a dvakráte na masovém strojku umeleme. Pak přidáme k masu vodou namočenou housku, na sádle usmaženou, drobně nakrájenou cibulku, sůl, tlučený pepř, trochu majoránky, citronové kůry i šťávy, vejce a na kostečky nakrájenou slaninu. Směs dobře promícháme, podle potřeby zahustíme strouhanou houskou, uděláme šišku, obalíme ji houskou, potřeme ji bílkem, dáme do pekáče na rozpálené sádlo péci do trouby. Při pečení ji málo poléváme polévkou. Upečenou pečeni ostrým nožem nakrájíme, šťávu zaprášíme moukou, zadusíme, zředíme polévkou, povaříme a podáváme k masu. K sekané pečeni hodí se dušené kyselé zelí a brambory. Osolíme-li umleté maso den před pečením, lépe se spojí dohromady. Šťávu, která se solením vylouží, zamícháme zpět do masa.

Rozpočet pro 5 osob: 25 *dkg* hovězího masa - 20 *dkg* vepřového masa - 10 *dkg* telecího masa - 4 *dkg* namočené housky - 3 *dkg* cibule - 1 *dkg* sádla - sůl - 4 zrnka tluč. pepře - majoránka - z ½ citronu kůra i šťáva - 4 *dkg* slaniny - 2 vejce - kousek bílku necháme na potření šišky, aby lépe držela pohromadě - 8 *dkg* strouhané housky - 4 *dkg* sádla - 1 *dkg* mouky.

Máslové obloučky k masu.

Na vál si připravíme mouku (krupičkovou i hladkou dohromady), málo soli, do ní rozsekáme máslo, přilijeme mléko se žloutkem, citronovou šťávu a vše zpracujeme v těsto. Pak těsto vyválíme na obdélník, složíme na třikrát, znovu vyválíme, složíme a opět vyválíme. To ještě jednou opakujeme, načež těsto vyválíme na ¼ *cm* silně, nakrájíme proužky, složíme je na zapečenou sekanou pečeni (viz str. 136), povrchu potřeme obloučky žloutkem, posypeme strouhaným parmezánským sýrem a v dobře vytopené troubě dopečeme pečeni s obloučky. Potom pečeni nakrájíme i s obloučky a upravíme na mísu.

Rozpočet pro 5 osob: 15 *dkg* mouky - 7 *dkg* másla - špetku soli - 1 ½ žloutku - 1 lžíce citronové šťávy - 1 lžíce mléka - ½ žloutku na pomazání - 1 *dkg* parmezánského sýra.

Sekaná pečeně na smetaně.

Připravíme si sekaninu jako v předešlém předpise. Na pekáči v rozpáleném másle a zbytku slaniny si usmažíme do růžova na plátky nakrájenou kořenovou zeleninu, cibuli, několik zrnek pepře, nov. koření, bobkový list, tymián a kousek citr. kůry. Pak vložíme do pekáče připravenou sekaninu a v troubě pečeme asi ¾ hodiny. Při pečení ji podléváme vařící vodou a potíráme tukem. Hotovou pečeni nakrájíme. Procezenou šťávu nalijeme do kyselé smetany s umíchanou moukou a citronovou šťávou, přidáme ještě do šťávy prolisovanou zeleninu bez koření a omáčku povaříme. Část omáčky nalijeme na maso, ostatní podáváme zvlášť.

Rozpočet pro 5 osob: 25 *dkg* hovězího masa - 20 *dkg* vepřového masa - 10 *dkg* telecího masa - 4 *dkg* máčené housky - 3 *dkg* cibule - 1 *dkg* sádla - sůl - pepř - citron - 5 *dkg* slaniny - 2 vejce - kousek bílku na potření - 8 *dkg* strouhané housky - 5 *dkg* másla - 12 *dkg* zeleniny - 4 *dkg* cibule - 4 zrnka pepře - 2 nové koření - bobkový list - tymián - 1 ½ citr. kůry - z ½ citr. šťávy - 1 *dkg* mouky - ⅛ *l* kyselé smetany.

Sekaná pečeně v kapustě.

Kapustu rozdělíme na čtvrtiny. Velké listy odložíme, srdečka ještě rozkrojíme a pak je udusíme na másle s cibulkou. Zatím si umeleme na masovém stroji telecí a vepřové syrové maso a uvařené uzené maso, načež přidáme mlékem povlhčenou strouhanou housku, usekanou, udušenou kapustu, syrové vejce, na másle usmažené vejce, sůl, pepř a citr. kůru. Dobře hmotu promícháme, uděláme šišku a položíme ji na rozpálené sádlo do pekáče, jehož dno je vyloženo velkými, spařenými a uvařenými listy kapusty. Pokryjeme ji též kapustovými listy a pečeni upečeme do červena. Při pečení ji podlijeme

trochu vodou a bílým vínem. Potom ji nakrájíme, omáčku zaprášíme moukou, povaříme a podáváme k masu.

Rozpočet pro 5 osob: 1 prostředně velká kapusta - 2 *dkg* másla a 2 *dkg* cibule na uduš. srdeček - ¼ *kg* telecího - ½ *kg* vepř. masa - ⅛ *kg* uz. masa - 8 *dkg* housky - 1 lžíce mléka - 1 syrové vejce - 1 smažené míchané vejce (1 *dkg* másla) - sůl - pepř - citr. kůra - 3 *dkg* sádla - 4 lžíce bílého vína - 2 *dkg* mouky. Pečeni pečeme nejdříve přikrytou navlhčeným papírem, aby se kapusta nespálila. Pečeni můžeme připraviti též bez vína.

Smažené karbanátky.

Připravíme si sekaninu jako na sekanou pečeni, rozdělíme ji na stejné dílky, každý zakulatíme, uděláme z nich 1½ *cm* vysoké placičky, potřeme je rozmíchaným vajíčkem, obalíme houskou, nožem je ozdobíme a smažíme je v rozpáleném sádle na obou stranách celkem asi ¼ hodiny. (Sádlo ze smažení upotřebíme na bramborovou kaši.) Pak je urovnáme na mísu, ozdobíme petrželkou, citronem a podáváme k nim bramborovou kaši, dušenou mrkev, špenát nebo čočku. Karbanátky můžeme též bez vajíčka obaliti houskou a usmažiti.

Rozpočet pro 5 osob: sekanina jako na sekanou pečeni viz str. 136. - 1 vejce - 5 *dkg* housky - 8 *dkg* sádla na smažení.

Dušené karbanátky.

Umleté vepřové a hovězí maso osolíme, opepříme, přidáme k němu ve vodě namočenou, vymačkanou housku, strouhanou cibuli, na kostečky nakrájenou slaninu, vejce, vše dobře promícháme a uděláme menší kulaté karbanátky. Do pekáče dáme rozehřáti na kostečky nakrájenou slaninu a sekanou cibuli. Když je cibulka do žluta usmažená, dáme do ní karbanátky a dusíme je 15 min. Potom je obrátíme, poprášíme moukou, obrátíme a dusíme 10 min. Opět je poprášíme, obrátíme, přidáme k nim červené víno, trochu polévky a karbanátky dusíme ještě asi ½ hod. Při dušení přidáváme po lžících polévky. Hotové karbanátky urovnáme na mísu a procezenou šťávou polijeme. (Do šťávy mohou se přidati sekané kapary.) Místo vína můžeme přidati kyselou smetanu.

Rozpočet pro 5 osob: ¼ *kg* hovězího z plece a ¼ *kg* vepřového raménka - sůl - 4 zrnka tluč. pepře - 5 *dkg* namoč. housky - 1 vejce - 3 *dkg* cibule - 3 *dkg* slaniny - 5 *dkg* slaniny - 3 *dkg* cibule - 2 *dkg* mouky - 3 lžíce červeného vína - ½ *dkg* kaparů - ⅛ *l* kyselé smetany.

Vepřové válečky se smetanovou omáčkou.

Vepřové ramínko neb maso z kýty, květové hovězí maso umeleme na masovém strojku a dáme do mísy. Poté do masa přidáme nakrájenou slaninu, sůl, tlučený pepř, ve vodě namočenou žemli (dobře utřenou), smaženou nakrájenou cibulku a vejce. Promíchanou směs rozdělíme na stejné kousky, na moukou posypaném prkénku uděláme menší válečky, obalíme je moukou a dáme do pekáčku neb kastrolu na usmaženou, drobně nakrájenou cibulku péci. Zapečené zalijeme vařící vodou, přikryjeme poklicí a dusíme ½ hod. Pak je vyndáme

na mísu; omáčku z nich procedíme a nalijeme stále míchajíce do kyselé smetany s umíchanou moukou. Umíchanou omáčku povaříme a nalijeme na válečky urovnané na míse. K válečkům podáváme bramborové smažené nočky neb smaženky, ale také můžeme k nim podávati houskové knedlíky.

Rozpočet pro 5 osob: 20 *dkg* vepřového masa - 15 *dkg* hovězího masa - sůl - pepř - 3 *dkg* slaniny - 1 vejce - 1 ½ žemle - 2 *dkg* cibule - 1 *dkg* sádla - 2 *dkg* krupičné mouky na obalení - 2 *dkg* sádla - 2 *dkg* cibule do kastrolu - 4 lžíce kyselé smetany - 1 *dkg* krupičné mouky.

Ježky z masa a rýže.

Vepřové a hovězi maso lehce opereme, nakrájíme na větší kousky a na masovém strojku umeleme a dáme do mísy. K masu přidáme na kostečky nakrájenou slaninu, skelnou rýži (přebranou, nepranou, jen utěrkou otřenou), strouhanou citronovou kůru, sůl, tlučený pepř, řebíček, jemně usekanou cibuli a vše dobře zpracujeme dohromady. Poté uděláme malé bochníčky, složíme je do kastrolu na rozehřáté sádlo nebo máslo a dusíme. Mezi dušením podlijeme ježky polévkou z kostí, bílým vínem a kyselou smetanou. Celkem je dusíme ¾ hodiny. Hotové ježky složíme na mísu, polijeme šťávou a podáváme.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* vepřového plecka nebo ramínka - 50 *dkg* hovězího květového masa - 10 *dkg* slaniny - 12 *dkg* rýže - na špičku nože citronové kůry, pepře a hřebíčku - 1 lžíci soli - 3 *dkg* cibule - *Na pekáč:* 5 *dkg* sádla nebo másla - ⅛ *l* polévky - ⅛ *l* vína - ¼ *l* kyselé smetany.

Velikonoční nádivka.

V mléce rozmícháme celá vejce, vařené, rozsekané maso, usekané mladé kopřivy nebo zelenou petržel, trochu soli, tlučeného pepře a nového koření. Do umíchaného masa přidáme tolik strouhané housky, až je směs zahoustlá. Pekáč vymažeme dobře máslem, směs do něho upravíme a pečeme ½—¾ hod. Též můžeme místo uzeného masa přidati vařený kozlečí neb jehněčí kořínek.

Rozpočet pro 5 osob: ½ *l* mléka - 3 celá vejce - sůl - pepř - nové koření - 60 *dkg* vař. uzeného masa a podle potřeby strouhané housky (15 *dkg*) - 4 *dkg* másla do pekáče - 1 lžíce kopřiv nebo petrželky.

f) Zvěřina.

Stahování zajice.

Zajice pověsíme za svázané zadní nohy na větší hřebík, načež ostrým, špičatým nožem rozřízneme kůži na vnitřní straně až k zadním běhům, aniž maso pořežeme. Kolem běhů kůži odřízneme, ocásek opatrně vyndáme a kůži táhneme opatrně dolů s těla. Pak přední konce běhů odřízneme a nožem odstraníme uši a kůži s hlavy. Poté zajice rozřízneme, vyvrhneme vnitřnosti, z jater odstraníme žluč, srdce a plíce oddělíme a odkrojíme předek, totiž hlavu, krk a lopatky, které se srdcem, játry a plícemi zvlášť upravujeme. Zadek zbavíme

ostatních kůži a protažený hustě slaninou pečeme na různé způsoby. Zajíc má býti mladý, což poznáme po hebké kůži na uších, které se dají lehce natrhnouti. Je-li masitý, má široký hřbet a vnitřnosti mají býti tuhé, zdravé, ne mazlavé. Zajíci z hor, kteří maji na hřbetu tmavou barvu, jsou sice menší, ale chutnější.

Zajíc pečený.

Zaječí zadek zbavíme kůží, osolíme a protáhneme jej hustě na jemné nudličky nakrájenou slaninou. Na pekáči v rozpáleném másle si usmažíme na plátky nakrájenou cibuli a několik celých pepřů. Pak vložíme zadek masitou stranou do pekáče, podlijeme ho polévkou, dáme do trouby a často polévajíce jej upečeme. Mezi pečením jej obrátíme, aby i na druhé straně zčervenal. Mladý zajíc jest za 40 minut upečen. Měkkého zajíce rozsekáme, upravíme na mísu a polijeme procezenou šťávou. Zadek z mladého zajíce naložíme do másla, zadek ze staršího do mořidla jako svíčkovou pečeni (viz str. 96).

Rozpočet na 1 zaječí zadek: 12 *dkg* másla - sůl - 10 *dkg* cibule - 5 zrnek pepře - 5 *dkg* slaniny.

Zajíc se smetanovou omáčkou.

Odblaněný, osolený mladý zadek zajíce protáhneme na nudličky nakrájenou, osolenou slaninou (osolená se tak snadno netrhá). V pekáči v rozpuštěném másle si usmažíme do růžova na kolečka nakrájenou kořenovou zeleninu, cibuli, celý pepř, nové koření, kousek tymiánu, bobkový list a kousek citronové kůry, bílého vnitřku zbavené. Připravený zadek vložíme se slaninou do pekáče, zalijeme trochu polévkou a pečeme ho na jedné straně do červena, potom zadek obrátíme a upečeme do červena na straně druhé. Měkký zadek nasekáme na porce, šťávu procedíme, z procezené zeleniny odstraníme všechno koření a zeleninu umeleme nebo jemně usekáme a dáme ji zpět do šťávy. Pak ji zahustíme kyselou smetanou s umíchanou moukou a citronovou šťávou a povaříme ji s nasekaným zajícem. Pak zajíce vyndáme na mísu, omáčkou trochu polijeme a ostatní podáváme v omáčníku. Právě tak můžeme připraviti srnčí kýtu.

Rozpočet na 1 zaječí zadek: sůl - 8 *dkg* slaniny - 12 *dkg* másla - 15 *dkg* zeleniny (celer, mrkev, petržel) - 10 *dkg* cibule - 8 zrnek pepře - 4 zrnka nov. koření - bobkový list - proutek tymiánu - 2 cm^2 citronové kůry - ½ *l* kyselé smetany - 4 *dkg* mouky - citronová šťáva. - Místo citronu 3 rajská jablíčka.

Jak se zajíc nakládá, viz str. 96.

Zaječí předek na černo.

Zaječí předek lehce opereme, očistíme (hltan, hrtan) a oči z hlavy vyndáme, zuby usekáme a hlavu rozsekneme, aby se dal mozeček lépe vyndati a vše rozkrájíme na kusy. Na kastrol dáme rozehřáti (ne uškvařiti) na kostečky nakrájenou slaninu a kousek másla, pak přidáme drobně nakrájenou cibuli a když tato zežloutne, dáme celé

koření, citronovou kůru a osoleného zajíce, kterého tak dlouho dusíme pod poklicí, až všechna šťáva na něm vysmahne. Poté ho zalijeme polévkou a udusíme jej do měkka. Z másla a mouky uděláme červenou jíšku, zředíme ji šťávou ze zajíce, přidáme do ní do žluta upražený cukr, citronovou šťávu nebo ocet, procedíme ji, zajíce do ní vložíme a v omáčce ho ještě podusíme. Před podáváním omáčku podle chuti okyselíme, osladíme nebo přisolíme. K zajíci podáváme brambory, moučné noky nebo knedlíky. Tato úprava zajíce jest velmi chutná.

Rozpočet pro 3—5 osob: 1 předek ze zajíce - sůl - 2 *dkg* másla - 5 *dkg* slaniny - 5 *dkg* cibule - 5 zrnek pepře - 2 zrnka nov. koření - 1 bob. list - tymián - 2 cm^2 citr. kůry - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky - 2 *dkg* upraž. cukru - z 1 citronu šťáva nebo 5 lžic vinného octa.

Sekaný zajíc.

Přední část zajíce, ze které jsme všechny kosti a kůže odstranily, rovněž i vnitřnosti: srdce, plíce, játra a ledvinky (nepekou-li se u zadku) umeleme s tučnějším vepřovým masem a vodou navlhčenou houskou. Pak přidáme smaženou cibuli, trochu tluč. pepře, sůl, citr. kůru i šťávu, s máslem utřené sardele, usekané kapary (které se mohou vynechati), na kostečky nakrájenou slaninu, vejce a podle potřeby strouhanou housku, abychom měly směs hustou jako na sekanou pečeni. Pak uděláme dlouhou šišku, obalíme ji strouhanou houskou, potřeme bílkem, ozdobíme na nudličky nakrájenou slaninou a dáme ji péci na rozpálené máslo asi 1 hod. Při pečení podléváme sekaninu polévkou nebo vodou. Hotovou zalijeme červeným vínem nebo kyselou smetanou.

Podáváme k ní brambory neb zelí, také ji podáváme studenou s hořčicí nebo jako paštiku s chlebem.

Rozpočet: 1 předek ze zajíce - ½ *kg* vepřového bůčku - 10 *dkg* housky - 1 *dkg* másla - 3 *dkg* cibule - 4 zrnka tluč. pepře - sůl - z ½ citronu strouh. kůru i šťávu - 2 sardelky - 1 *dkg* másla - ½ *dkg* kaparů - 7 *dkg* slaniny - 2 vejce - 8 *dkg* strouhané housky - ½ bílku - 3 *dkg* slaniny na ozdobu - 5 *dkg* másla - $^1/_{16}$ *l* červeného vína nebo ⅛ *l* kyselé smetany.

Srnčí zadělávané (ragoût).

Srnčí plec opereme, zbavíme kosti a kůžiček a na kousky nakrájíme jako na guláš. V kastrole na dobře rozpáleném másle si usmažíme do červena na plátky nakrájený celer, mrkev, petržel, cibuli, jakož i cukr, citronovou kůru, nové koření, celý pepř a bobkový list. Usmažené postříkneme octem nebo citronovou šťávou, zalijeme polévkou, přidáme připravené maso, osolíme, přikryjeme poklicí a dáme dusiti do trouby na 1½—2 hodiny. Měkkou zvěřinu vybereme drátěnou naběračkou do jiné nádoby, zbylou šťávu zahustíme světležlutou jíškou, přidáme trochu červeného vína, citronové šťávy a dobře povaříme, načež omáčku procedíme na maso, které v omáčce ještě chvíli povaříme. Právě tak upravujeme jelení ragoût, které dříve naložíme do mořidla a delší dobu dusíme. Do omáčky můžeme též přidati 1 lžíci madeirského vína nebo šípkovou zavařeninu. Naložení do mořidla viz str. 96!

Rozpočet pro 5 osob: 1 *kg* srnčí plece - 6 *dkg* másla - 15 *dkg* kořenové zeleniny - 5 *dkg* cibule - 1 ½ *dkg* tluč. cukru - 3 *cm*² citr. kůry - sůl - 1 nové koření - 5 zrnek pepře - bob. list - 2 lžíce octa nebo citronové šťávy - 3 *dkg* másla a 3 *dkg* mouky na jíšku - ¹/₁₆ *l* červeného vína nebo 1 lžíci šípkové zavařeniny - 1 lžíce madeirského vína - u ½ citronu šťáva.

Srnčí kýta nebo hřbet.

Srnčí hřbet nebo kýtu očistíme, zbavíme kůží, protáhneme na nudličky nakrájenou slaninou a naložíme do másla na 2 dny jako svíčkovou (str. 96). Při úpravě dáme do pekáče rozehřáti kousek čerstvého másla a máslo z naloženého hřbetu, zbytky slaniny, přidáme na plátky nakrájenou cibuli a když zarůžoví, vložíme do ní osolený a opepřený hřbet nebo kýtu (kýtu bez kostí svážeme motouzem). Podlijeme málo polévkou a maso poléváme častěji při pečení vlastní šťávou. Mezi pečením je obrátíme a celkem pečeme 2 hodiny. Měkké maso oddělíme se hřbetu na obou stranách od kostí nahoře i dole táhlým řezem a nakrájíme pěkné, šikmé řízky, které po řadě zas na kosti složíme. Ale i bez kosti můžeme maso upraviti na dlouhou mísu. Pak šťávu zaprášíme trochu moukou, podusíme, zalijeme polévkou, povaříme a procedíme. Část omáčky nalijeme na upravené maso, které ozdobíme citronem, paštičkami z máslového těsta a brusinkami, ostatní podáváme v omáčníku.

Rozpočet: Na 2 *kg* hřbetu nebo kýty - 15 *dkg* slaniny - 10 *dkg* másla na naložení - 6 *dkg* másla při úpravě - 10 *dkg* cibule - sůl - 5 zrnek tlučeného pepře - 1 *dkg* mouky.

Srnčí kýta s červeným vínem.

Srnčí kýtu lehce vypereme, zbavíme kostí a všech kůžiček, osolíme a protáhneme slaninou. Na pekáči na másle si usmažíme nakrájenou kořenovou zeleninu, cibuli, několik zrnek pepře, nov. koření, tymián, bobkový list a citronovou kůru, načež položíme kýtu slaninou dolů a zvolna v troubě pečeme. Při pečení dáváme dobrý pozor, aby se zelenina nepřipálila (neboť by byla šťáva hořká), nýbrž aby zůstala hnědá. Pak podlijeme maso polévkou a častěji vlastní šťávou poléváme. Když je maso dosti měkké, vyjmeme je ze zbylé šťávy, kterou dáme vydusiti, načež ji zaprášíme moukou, podusíme, zalijeme polévkou, přidáme červené víno, citronovou šťávu, kousek cukru, přisolíme a povaříme, až je omáčka dosti hladká. Prolisovanou omáčku nalijeme na nakrájené maso.

Rozpočet: Na 2 *kg* srnčí kýty - sůl - 12 *dkg* slaniny - 15 *dkg* másla - 10 *dkg* cibule - kousek celeru - 1 kořen mrkve - petržel - 8 zrnek pepře - 2 zrnka nového koření - proutek tymiánu - bobkový list - 2 *cm*² citronové kůry - 3 *dkg* mouky - z ½ citronu šťáva - ⅛ *l* dobrého červeného vína - ½ *dkg* cukru.

Srnčí řízky s madeirským vínem.

(Srnčí filet s „Madeira".)

Ze srnčí kýty nakrájíme tenké plátky, každý protáhneme slaninou, osolíme, moukou poprášíme a dusíme na rozpáleném másle. Mezi

dušením je obracíme, zaléváme polévkou a madeirským vínem. Měkké dáme na mísu a polijeme procezenou šťávou.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* srnčího masa z kýty, 6 *dkg* slaniny - sůl - 2 *dkg* mouky - 5 *dkg* másla - 2 lžíce madeirského vína.

Naložený jelení hřbet nebo kýta se smetanovou omáčkou.

Jelení hřbet nebo kýtu zbavíme všech blan, protáhneme je slaninou a na tři dny naložíme do mořidla. Poté maso osolíme a dáme s mořidlem do kastrolu udusit, pak je vložíme na pekáč, podlijeme šťávou, v níž se dusilo, a dáme do trouby péci. Při pečení pilně poléváme maso máslem, mořidlem a kyselou smetanou. Měkké maso nakrájíme, šťávu zaprášíme moukou, povaříme a prolisovanou nalijeme na maso.

Mořidlo: viz Nakládání svíčkové pečeně str. 96!

Rozpočet pro 5 osob: Na 75 *dkg* jeleního hřbetu - 6 *dkg* slaniny - sůl - 6 *dkg* másla - ⅛ *l* kyselé smetany - 1 *dkg* mouky.

Jelení plec.

Plec z mladého jelena zbavíme kostí a blan, osolíme, protáhneme slaninou a na másle s nakrájenou kořenovou zeleninou, cibulí, kořením, kouskem syrové šunky nebo uzeného masa a s hovězí polévkou dusíme pod poklicí 2 hodiny. Pak přendáme maso do pekáče a v troubě je upečeme do měkka. Při pečení potíráme plec povrchu masovým aspikem (viz Předkrmy str. 72), aby nabyla barvy a lesku, načež ji vyndáme. Ze šťávy, ve které se dusila, sebereme mastnou, zaprášíme ji moukou, podusíme, zalijeme červeným vínem, hovězí polévkou a povaříme. Pak ji procedíme a podáváme k nakrájenému masu. Tímtéž způsobem můžeme upravit jelení kýtu.

Rozpočet pro 5—10 osob: Na 1 *kg* jelení plece - 5 *dkg* slaniny - 10 *dkg* másla - celer - mrkev - petržel - 5 *dkg* cibule - sůl - 6 zrnek pepře - 4 zrnka nového koření - bobkový list - proutek tymiánu - 6 *dkg* šunky nebo masa - 5 lžic aspiku - 2 *dkg* mouky - ⅛ *l* červeného vína.

Zadělávané jelení přední maso.

Jelení krk, hrudí nebo plece osolíme, potřeme kořením a dáme uležeti do studena na 3 hodiny. V kastrole na rozehřáté, na kostečky nakrájené slanině a másle si usmažíme na plátky nakrájenou kořenovou zeleninu, cibuli, celý pepř, jalovec, tymián, jádra z velkých ořechů a ustrouhaný chléb. Odleželou zvěřinu nakrájíme, vložíme na zeleninu, zalijeme octem, červeným vínem a vodou (aby byla potopena), přikryjeme poklicí a dusíme do měkka asi 2—3 hodiny. Poté maso vyndáme, šťávu zaprášíme bramborovou moukou, povaříme a prolisovanou nalijeme na maso.

Rozpočet: Na 2 *kg* jeleního předního masa - sůl - 8 zrnek tluč. pepře - 10 *dkg* slaniny - 10 *dkg* másla - celer - mrkev - petržel - 4 zrnka pepře - 2 zrnka jalovce - proutek tymiánu - 4 *dkg* ořechových jader - 4 *dkg* chleba - ¼ *l* octa - asi ½ *l* červeného vína a vody podle potřeby - půl kávové lžičky bramborové mouky.

Daňčí hřbet.

Daňčí hřbet z mladého daňka připravuje se jako srnčí hřbet; je-li však starši, připravuje se jako jelení hřbet se smetanou.

Daňčí kýta.

Opranou daňčí kýtu odblaníme, zbavíme loje a naklepeme. Pak ji osolíme, protáhneme hustě na nudličky nakrájenou slaninou a vložíme ji do kastrolu na rozpuštěné máslo a dáme dusiti. Pak ji podlijeme hovězí polévkou, přidáme k ní kousek nakrájené mrkve, cibule, v celku citronovou kůru, bobkový list, několik zrnek pepře a kýtu bez poklice upečeme do měkka, často ji polévajíce šťávou. Měkkou nakrájíme na tenké plátky, načež šťávu zaprášíme moukou, podusíme, zalijeme smetanou a červeným vínem a povaříme. Procezenou omáčkou trochu maso polijeme, ostatní podáváme v omáčníku.

Rozpočet na 1 daňčí kýtu: sůl - 10 *dkg* slaniny - 15 *dkg* másla - 6 *dkg* cibule - 1 kořen mrkve - z ½ citr. kůra - malý bobkový list - 10 zrnek pepře - ¼ *l* červeného vína - 10 lžic kyselé smetany - 3 *dkg* mouky.

Kančí kýta se šípkovou omáčkou.

Maso z kýty divokého vepře očistíme, zbavíme sádla, vypereme a naklepeme. Pak maso vložíme do kamenného hrnce, zalijeme mořidlem, zatížíme a dáme do studena uležet na 6—8 dnů. Při úpravě si usmažíme na rozehřáté, nakrájené slanině kořenovou zeleninu a cibuli z mořidla, přidáme čerstvé koření, osolené naložené maso, vše podlijeme trochu hovězí polévkou a dusíme. Mezi dušením poléváme maso červeným vínem a mořidlem a dusíme tak dlouho, až změkne. Pak zahustíme omáčku žlutou, řídkou jíškou (nebo na másle usmaženou strouhanou houskou), podle potřeby zalijeme polévkou, přidáme šípkovou zavařeninu, citronovou šťávu i kůru, podle chuti cukru a soli a dobře povaříme. Maso nakrájíme, do omáčky zamícháme madeirské víno a procezenou omáčku nalijeme na maso. (Mořidlo viz při Nakládání svíčkové str. 96!)

Rozpočet: Na 1½ *kg* masa kančího z kýty. — *Rozpočet mořidla:* kořenová zelenina (celer, mrkev, petržel) - 10 *dkg* cibule - 5 zrnek pepře - 3 zrnka nov. koření - 1 bobkový list - proutek tymiánu - 2 bobulky jalovce - 3 cm^2 citr. kůry - ¼ *l* vody - ⅛ *l* octa. — *Úprava:* 10 *dkg* slaniny - sůl - čerstvé koření - $^2/_{16}$ *l* červ. vína - 3 *dkg* másla a 3 *dkg* mouky nebo housky - 12 *dkg* šípkové zavařeniny - z ½ citr. kůra i šťáva - 3 lžíce madeirského vína - ½ *dkg* cukru.

g) Úprava králíků.

Králík.

Lesního králíka upravujeme jako zajíce.

Domácí králík na paprice.

Mladého staženého králíka dobře očistíme, rozdělíme na díly a osolíme. V kastrolu na rozkrájené, rozehřáté slanině si usmažíme drobně nakrájenou cibulku a papriku. Do usmažené vložíme připraveného králíka, kterého v tom necháme dusit. Když se šťáva začíná vyvařovati, zaprášíme maso moukou a když zažloutne, zalijeme je vařící vodou neb polévkou a králíka udusíme do měkka. Měkkého urovnáme na mísu a procezenou šťávou polijeme. Před podáváním můžeme povařiti v procezené šťávě kyselou smetanu a prolisované rajské jablíčko.

Rozpočet: Na 1 králíka - 15 *dkg* slaniny - 8 *dkg* cibule - lžičku papriky - 4 *dkg* mouky - sůl - ⅛ *l* kyselé smetany - 2 rajská jablíčka.

Naložený domácí králík.

Zadek a hřbet domácího králíka očistíme, odblaníme a obložíme pak klestím jedlovým, jalovčinkami a motouzem svázaného králíka pověsíme přes noc na chladné vzdušné místo. Následujícího dne odstraníme klestí, maso očistíme a položíme na den do vinného octa se solí, nakrájenou cibulí, celým pepřem, bobkovým listem a několika hřebíčky. Před pečením rozpálíme v pekáči kousek másla a kousek nakrájené neuzené slaniny. Pak vyndáme králíka z octa, trochu přisolíme, vložíme jej do pekáče a pečeme. Při pečení potíráme maso octem, ve kterém byl králík naložen a podlíváme je vařící vodou, aby nevyschlo. Měkkého králíka vyndáme, šťávu zaprášíme moukou, rozředíme polévkou a povaříme. Upečeného králíka nakrájíme, složíme na mísu, procezenou omáčkou polijeme a podáváme s opékanými brambory.

Rozpočet pro 5 osob: 2 menší zadky se hřbety - klestí jedlové a jalovčinkové - ½ *l* vinného octa - sůl - 10 *dkg* cibule - 10 celých pepřů - 1 bobkový list - 3 hřebíčky - 8 *dkg* másla - 8 *dkg* neuzené slaniny - 2 *dkg* mouky.

Smažený domácí králík.

Staženého vyčištěného králíka rozkrájíme na díly, vložíme do vodou zředěného mléka a králíka v něm dobře vypereme. Pak jej osušíme, je-li starší, naklepeme, povaříme jej, pak otřeme, osolíme, obalíme v mouce, vejcích a strouhané housce a usmažíme jej v rozpáleném sádle jako smažené kozlečí. Na míse ozdobíme králíka zelenou petrželkou a citronem a podáváme k němu dušenou zeleninu.

Mladého králíka před smažením nevaříme.

Rozpočet: Na 1 králíka - sůl - ¼ *l* mléka - ½ *l* vody - 10 *dkg* mouky - 3 vejce - 20 *dkg* housky - 20 *dkg* sádla - 1 citron - zelená petrželka.

Králík se zeleninkou.

Staženého, očištěného králíka spaříme vařící vodou, otřeme utěrkou, dáme do kamenného kastrolu, pokapeme citronovou šťávou,

pokládeme nakrájenou cibulí, tymiánem, bobkovým listem, celým pepřem a uložíme do studena na 2 dny. Při úpravě králíka rozkrájíme na dílky a osolíme. V kastrole usmažíme na rozpálené slanině neb másle na plátky nakrájenou kořenovou zeleninu (mrkev, celer, petržel), cibuli a pórek, načež přidáme králíka a chvíli jej dusíme. Pak přilijeme trochu horké vody, přidáme celý pepř, nové koření, špetku majoránky, bobkový list, trochu papriky, kousek šalvěje, přilijeme ocet a králíka udusíme skoro do měkka. Potom nasypeme k němu loupané, na kostky nakrájené syrové brambory, a když úplně změknou, upravíme králíka na mísu a ze šťávy odstraníme koření. Je-li hustá, zředíme ji vařící vodou a sítem ji prolisujeme na králíka. K hotovému pokrmu podáváme moučné noky.

Králíka staženého můžeme upraviti také tak, že jej nespařeného pokládeme nakrájenou cibulí, na kolečka nakrájeným citronem, bobkovým listem, tymiánem, celým pepřem, novým kořením a uložíme do studena na 2 dny. Při úpravě jej očistíme od všeho koření, osolíme a v celku jej pečeme na nakrájené slanině a rozpáleném másle do červena. Pečeného nakrájíme, upravíme na mísu a šťávou polijeme.

Rozpočet na 1 králíka: 1 citron - 5 *dkg* cibule - tymián - 2 bobkové listy - 5 zrnek celého pepře - sůl - 12 *dkg* slaniny neb 10 *dkg* másla - 10 *dkg* kořenové zeleniny - 1 pórek - 3 *dkg* cibule - 4 zrnka pepře - 2 nové koření - špetku majoránky - 1 bobkový list - na špičku nože papriky - malý kousek šalvěje - ⅛ *l* octa - 15 *dkg* brambor.

h) Úprava domácí drůbeže.

Upozorňuji, že domácí drůbež škubeme od hlavy dolů, kdežto divokou drůbež zdola nahoru ke hlavě.

Pečená kuřata.

Pěkná, mladá kuřata oškubáme nebo opaříme (viz str. 84), vykucháme, vypereme, utěrkou otřeme, navrch i uvnitř osolíme, vyplníme dobrým máslem, načež křidélka zkřížíme a nožičky přivážeme k tělu. Na pekáči rozehřejeme máslo, kuřata do něho vložíme nejprve prsíčky dolů, polijeme je máslem a dáme péci do trouby. Když šťáva vysmahla, podlijeme je vařící vodou a často polévajíce a potírajíce máslem je upečeme do červena. (Mezi pečením je obrátíme, aby i na druhé straně zčervenala.) Kuřata můžeme na prsíčkách protáhnouti na nudličky nakrájenou slaninou.

Rozpočet: Na 2 kuřata - sůl - 10 *dkg* másla - 4 *dkg* slaniny.

Kuře s paprikou.

Větší, očištěné, vykuchané kuře rozdělíme na 5 dílů a osolíme. V kastrole na rozehřátém másle si usmažíme drobně nakrájenou cibulku a papriku. Pak tam vložíme kuře, po chvíli je podlijeme trochu polévkou a udusíme do měkka. (Mezi dušením je obrátíme.

Měkké kuře vyndáme, šťávu nalijeme do kyselé smetany, ve které jsme umíchaly mouku, a povaříme ji. Kuře urovnáme na mísu a polijeme procezenou šťávou. (Chceme-li míti omáčku červenou, zamícháme do ní před vařením lžíci prolisovaných rajských jablíček.)

Rozpočet pro 5 osob: Na 1 větší kuře - sůl - 6 *dkg* másla - 6 *dkg* cibule - paprika - ⅛ *l* husté kyselé smetany - 2 *dkg* mouky - 2 rajská jablíčka nebo lžíci zavařeniny z rajských jablíček.

Zadělávané kuře s hříbky.

Čistě vyprané kuře rozkrájíme a osolíme. Na kastrole v rozpuštěném másle si usmažíme na tenké plátky nakrájenou kořenovou zeleninu s cibulí. Pak přidáme kuře, podlijeme polévkou a dusíme pod poklicí ½ hodiny. Mezitím si připravíme z másla a mouky světležlutou jíšku, zředíme ji šťávou z kuřete, povaříme, procedíme na kuře, které jsme vložily do jiné nádoby, přidáme na másle udušené, na lístky nakrájené hříbky, květák zvlášť ve slané vodě uvařený a rozebraný, sekanou zelenou petržel a sladkou smetanu, a vše malou chvíli povaříme. Před podáváním zamícháme do omáčky žloutek. Na míse ozdobíme kuře květákem, houskovými knedlíčky nebo udušenou rýží.

Nemocným připravíme kuře bez hříbků.

Rozpočet pro 5 osob: 1 větší kuře - sůl - 2 *dkg* másla - celer - mrkev - petržel - 3 *dkg* cibule - 3 *dkg* másla - 3 *dkg* mouky na jíšku - 15 *dkg* čerstvých hřibů (nebo 1 *dkg* suchých v mléce uvařených) - 1 *dkg* másla - malý květák - zelená petržel - 1 žloutek - ⅛ *l* smetany.

Dušené kuře v rýži.

Očištěné, oprané, rozpůlené kuře ovaříme ve slané polévce s kouskem petržele a cibule. Pak je vyndáme a nasekáme na úhledné kousky. Přebranou, vypranou, spařenou rýži zalijeme polévkou z kuřete a malou chvíli podusíme. Pak vysypeme rýži na mísu, přidáme trochu tluč. květu, polijeme rozpáleným máslem, smícháme s rozsekaným kuřetem, dáme do kastrolu, přiměřeně zalijeme polévkou a dusíme přikryté asi ½ hodiny. Poté vše urovnáme na mísu, polijeme máslovým krémem a posypeme strouhaným parmezánským sýrem.

Máslový krém: Z másla a mouky si připravíme řídkou bílou jíšku, zředíme ji polévkou na omáčku a povaříme. Pak zamícháme do omáčky žloutek.

Rozpočet pro 5 osob: 1 kuře - sůl - 1 kořínek petržele a 5 *dkg* cibule - 15 *dkg* rýže - na špičku nože květu - 6 *dkg* másla - 2 *dkg* sýra - 3 *dkg* másla - 3 *dkg* mouky - sůl - žloutek.

Kuře na víně.

Očištěné, osolené, opepřené a svázané kuře udusíme na másle s usmaženou kořenovou zeleninou do měkka. Při dušení podléváme kuře polévkou a obrátíme je. Měkké kuře rozkrájíme a dáme do jiného kastrolu. Světležlutou jíšku zředíme šťávou z kuřete, procedíme na kuře a povaříme. Před podáváním přidáme na kuře bílé víno, citro-

novou šťávu a ve sladké smetaně umíchané žloutky a hned na míse upravené podáváme.

Rozpočet pro 5 osob: Na 1 větší kuře - sůl - 3 zrnka tlučeného pepře - 3 *dkg* másla - celer - mrkev - petržel. - *Omáčka:* 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky - 4 lžíce bílého vína - 1 lžíce citronové šťávy - ⅛ *l* sladké smetany - 1 žloutek.

Kuřata rosolovaná.

Den před úpravou kuřat vaříme zvolna 2½ hod. v osolené vodě telecí nožku a vepřové kůže. Pak odvar procedíme. Druhý den odstraníme s rosolu všechen tuk, dáme ho rozehřát, přidáme do něho na plátky nakrájenou zeleninu, cibuli, ocet, koření a vše chvíli povaříme. Pak vložíme do tekutiny očištěná, vykuchaná, svázaná kuřata a uvaříme je do měkka. Měkká kuřata nakrájíme na čtvrtky, načež do procezené tekutiny dáme lístky želatiny a vyčistíme ji tak jako aspik (viz Předkrmy str. 72). Několik lžic aspiku nalijeme do hlubší mísy nebo formy a dáme to ztuhnouti, pak přidáme nakrájená kuřata, zalijeme je ostatním aspikem a opět dáme do studena ztuhnouti. Podáváme je ozdobená petrželí, salátem, citronem a pod.

Rozpočet: Na 2 kuřata - sůl - 1 telecí noha - 30 *dkg* vepřových kůží - 10 *dkg* kořenové zeleniny - 5 *dkg* cibule - ¼ *l* octa - 6 lístků želatiny - 6 zrnek pepře - 2 zrnka nového koření - 2 bílky (na vyčištění rosolu).

Nadívaná pečená kuřata.

Mladá kuřata očistíme, vykucháme a nadzvedneme jim opatrně kůži od volete až k prsíčkám. Pak otvor naplníme nádivkou, zašijeme nebo zavážeme, kuřata upravíme jako pečená a osolíme je. Na pekáč si rozehřejeme máslo, kuřata do něho vložíme, polijeme máslem a upečeme nejdříve na jedné straně do červena, pak je obrátíme a často je potírajíce rozehřátým máslem a podlévajíce polévkou upečeme je na druhé straně. Pečená nakrájíme na čtvrtky, polijeme šťávou a podáváme k nim brambory, salát nebo kompot.

Nádivka: Na malém kousku rozehřátého másla si udusíme se zel. petrželkou usekaná játra a očištěné žaludky z kuřat. Na míse utřeme zbytek syrového másla se solí a žloutky, přidáme trochu květu, vychladlá, udušená játra, smetanou navlhčené housky, z bílků sníh a podle potřeby suchou strouhanou housku. Lehce vše promícháme a naplníme kuřata.

Nádivku na kuřata připravujeme jako na nadívané holuby, str. 157.

Rozpočet na 2 kuřata: - sůl - 8 *dkg* másla. - *Nádivka:* 5 *dkg* másla - zel. petržel - játra a žaludky - sůl - tluč. květ - 2 žloutky - 8 *dkg* housky - 2 lžíce smetany - ze 2 bílků sníh a 2 *dkg* suché housky.

Smažená kuřata.

Na smažení kupujeme jen mladá kuřata. Kuřata dobře očištěná a opraná rozkrájíme na čtvrtky, otřeme je utěrkou a osolíme. Pak je obalíme moukou, vejci a strouhanou houskou. Smažíme je nejdříve na větším žáru na obou stranách, aby brzo zčervenala, v dobře rozpáleném

sádle nebo převařeném másle a pak je zvolna usmažíme na mírném ohni. Hotová kuřata složíme na mísu, ozdobíme je petrželí a citronem a podáváme k nim zelený hrášek, salát nebo kompot. Také můžeme smažená kuřata upraviti tak, že je 10 minut na másle dusíme, načež je rozčtvrtíme a namočíme do připraveného těstíčka a pak usmažíme jako předešlá.

Těstíčko na kuřata: Do osolené mouky nalijeme stále míchajíce v mléce umíchaný žloutek, víno a olej. Pak přidáme zlehka z bílků sníh a kuřata, která těstem dobře obalíme a hned smažíme. Těstíčko musí býti zahoustlé.

Rozpočet na dvě smažená kuřata. *Způsob I.:* sůl - 6 *dkg* mouky - 2 vejce - 15 *dkg* housky - 20 *dkg* sádla nebo převař. másla - zelená petržel.

Rozpočet. *Způsob II.:* 2 kuřata - sůl - 8 *dkg* mouky - 2 lžíce mléka na těstíčko - 1 žloutek - 2 lžíce bílého vína - 1 lžíce tabulového oleje - ze 2 bílků sníh - 20 *dkg* převařeného másla neb sádla.

Poularde a kapoun.

Poularde jest švýcarská nebo francouzská slípka 3—4 měsíční, vykleštěná, dobře vykrmená. Ve Francii nebo ve Švýcarsku jest proslulé vykrmování této drůbeže nudlemi z pohankové mouky a teplého mléka. Kapoun jest vykleštěný kohout. K pečení kupujeme mladého kapouna. Je-li starši než rok, musíme ho dříve udusiti nebo uvařiti a pak teprve upraviti. Úprava poularda a kapouna je stejná, avšak lepší a chutnější je poularde.

Pečený kapoun nebo poularde.

Dobře očištěného, vykuchaného, vypraného kapouna nebo poularda osolíme, protáhneme na prsíčkách a na stehýnkách na nudličky nakrájenou slaninou; uvnitř ho vymažeme máslem a upravíme jako pečená kuřata. Na pekáči rozehřejeme si máslo, kapouna nebo poularda tam prsíčky vložíme, potřeme jej všude máslem a chvíli dusíme pod poklicí. Pak bez poklice pečeme jej v troubě často potírajíce máslem a podlévajíce polévkou do červena na jedné straně, načež jej obrátíme, potřeme máslem a upečeme jej do červena na druhé straně. Upečeného kapouna nebo poularda nakrájíme, úhledně upravíme na mísu, polijeme šťávou, ozdobíme zel. petrželí a podáváme k němu kompot nebo některý salát.

Rozpočet na jednoho kapouna: sůl - 8 *dkg* slaniny - 12 *dkg* másla.

Poularde na sardelích.

Poularda oškubáme, opálíme, vykucháme, málo osolíme, potřeme uvnitř sardelovým máslem a upravíme tak, že smáčkneme stehna po obou stranách nazad, aby se prsa více vytlačila. Pak je protkneme špejlí nebo zvláštní velkou jehlou s nití navlečenou je svážeme. Taktéž křídla nazad složená jehlou s nití protáhneme a svážeme. (Takto připravujeme každou drůbež k pečení.) Na pekáči na másle si usmažíme drobně nakrájenou cibuli do růžova, pak do ní vložíme poularda

prsíčky dolů, povrchu jej potřeme sardelovým máslem, podlijeme sběračkou vody a dáme péci. Při pečení potíráme poularda sardelovým máslem. Když je na jedné straně upečen, obrátíme ho, potřeme opět sardelovým máslem a upečeme ho na druhé straně do růžova. Pečeného nakrájíme, složíme úhledně na mísu a polijeme procezenou šťávou a podáváme s kompotem. Nebo zalijeme šťávu polévkou, procedíme ji do kyselé smetany s umíchanou moukou, dáme povařit, načež ji nalijeme na poularda. K tomu podáváme obrovský knedlík.

Rozpočet na 1 poularda: sůl - 4 *dkg* másla - 5 *dkg* cibule - 8 *dkg* másla - 3 sardelky - nebo: 3 *dkg* mouky - ¼ *l* kys. smetany.

Pečený krocan s nádivkou.

Mladého, dobře vykrmeného krocana necháme v chladu pověšeného několik dní, pak jej oškubáme, opálíme, vykucháme, hlavu mu uřízneme, krk vykroutíme a vnitřek volete dobře vyčistíme, nohy uřízneme a krocana dobře vypereme. Potom ho utěrkou osušíme, všude osolíme, otvor ve voleti ucpeme houskou a vole (kůži) naplníme různou nádivkou, buď houskovou, mandlovou, kaštanovou nebo masitou a tenkým motouzem zavážeme. Takto upraveného krocana sešijeme, na prsíčkách a stehnách jej protáhneme slaninou, nebo jej můžeme obložiti slaninovými plátky, které přivážeme tenkým motouzem. V hlubokém pekáči rozehřejeme si máslo, na dno pekáče položíme dvě silnější špejle, na ně krocana vložíme prsíčky dolů. Povrchu jej potřeme máslem a pečeme jej 2—3 hodiny často podlévajíce polévkou a potírajíce máslem. (Mezi pečením se obrátí.) Měkkého krocana dáme do jiného pekáče, šťávu zaprášíme malounko moukou, podusíme, zalijeme polévkou a povaříme. Krocana úhledně rozkrájíme, urovnáme na mísu, ozdobíme nakrájenou nádivkou, zel. petrželí a procezenou šťávu podáváme k obědu v omáčníku. Ke krocanu hodí se brambory, kompot, salát a pod. Ťopku, krůtu pečeme podobně.

Housková nádivka: housky oloupáme, rozkrájíme, navlhčíme mlékem, načež přebytečné mléko z housek dobře vytlačíme a housky prolisujeme. V míse si umícháme máslo se solí, přidáme žloutky, celá vajíčka (jedno po druhém) a prolisované housky. Pak přidáme do nádivky hořkou mandli, na špičku nože květu a cukru, z bílků sníh a podle potřeby zahustíme nádivku bílou strouhanou houskou. Přidáme-li do této nádivky místo bílé strouhané housky spařené, loupané, strouhané mandle, je to nádivka mandlová, anebo nádivka kaštanová, přidáme-li kaštany, které nejdříve musíme oloupati, spařiti, v mléce uvařiti a prolisovati nebo jemně usekati a do nádivky zamíchati.

Nádivka masitá: Do utřeného sardelového másla zamícháme žloutek, celá vejce, usekaná syrová játra z krocana, syrové umleté vepřové a telecí maso a vařené uzené maso, strouhanou citr. kůru, pepř a strouhanou housku. Nádivku dobře promícháme a po lžicích plníme vole krocana.

Je-li krocan starší, udusíme jej dobře přikrytého, pak jej upečeme. Mladého krocana poznáme, že má nohy měkké a vláčné, *starý* krocan je má tvrdé a suché.

Rozpočet: 1 krocan - sůl - 15 *dkg* másla - 10 *dkg* slaniny - ½—1 *dkg* mouky.
Housková nádivka: 12 *dkg* másla - sůl - 3 žloutky - ze 3 bílků sníh - 4 vejce - 25 *dkg* bílé housky - ⅛ *l* mléka - 1 hořká mandle - 10 *dkg* bílé strouh. housky - na špičku kulatého nože cukru - na špičku špičatého nože kvělu. - Na mandlovou 5 *dkg* mandlí a na kaštanovou 12 *dkg* kaštanů.
Masitá nádivka: 6 *dkg* másla - 4 sardelky - 2 vejce - 1 žloutek - 15 *dkg* telecího masa - 15 *dkg* vepřového a 15 *dkg* vař. uzeného masa - 1 játra z krocana - 4 zrnka tluč. pepře - citr. kůra - 6 *dkg* strouh. housky.

Pečená husa.

Husu čistě oškubáme, vložíme do studené vody, načež ji polijeme opatrně vařící vodou, dobře ji očistíme a ve studené, čisté vodě opláchneme. Pak husu rozřízneme, vykucháme, z jater odstraníme žluč a vyčistíme žaludek. Z krku odstraníme hltan a hrtan a husu, je-li čerstvě zabitá, dáme do studena 2 dny uležeti. Pak usekáme hlavu, křídla, nohy a husu vypereme, uvnitř i povrchu ji osolíme, okmínujeme a dáme do pekáče. Trochu ji podlijeme vodou, dáme péci prsama do pekáče a často polévajíce pečeme ji, až zčervená, Je-li tučná, popícháme ji opatrně vidličkou, pak ji vyndáme, všechno sádlo sebereme, husu vložíme obrácenou stranou do pekáče, podlijeme horkou vodou a upečeme opět do červena. Měkkou husu nakrájíme, složíme na mísu, šťávou trochu polijeme, ostatní podáváme v omáčníku. K huse se hodí za příkrm zelí, knedlíky, ale i brambory. Velmi chutná jest husa, peče-li se v hlubokém kamenném pekáči. Starší husu musíme nejdříve na plotně dobře přikrytou udusiti a teprve péci. Kachnu pečeme právě tak.
Rozpočet: Na 1 husu - sůl - kmín - (Pečená husa stačí pro 10—12 osob.)

Husa s podpoušťkou.

Na rozpuštěném husím sádle si usmažíme do žluta drobně nakrájenou cibulku, tymián, bobkový list, celý pepř. Pak vložíme zbylou pečenou nakrájenou husu, zalijeme polévkou a dusíme malou chvíli. Z másla a mouky připravíme si červenou jíšku, přidáme do ní šťávu z pečené husy, trochu citronové šťávy i kůry a bílého vína a podle potřeby hovězí polévku. Pak vložíme do omáčky odušenou husu a povaříme. (Chuť omáčky má býti nakyslá.) K takto připravené huse, kterou obyčejně připravujeme ze zbylé pečené husy, podáváme moučné noky (viz Příkrmy str. 206).
Rozpočet pro 5 osob: Na 5 porcí zbylé husy - 2 *dkg* husího sádla - 3 *dkg* cibule - proutek tymiánu - malý bobkový list - 3 zrnka pepře - 2 *dkg* másla a 2 *dkg* mouky na jíšku - lžičku citronové šťávy - 1 lžičku bílého vína a trochu polévky - sůl.

Zadělávané husí drůbky.

Husí hlavu, krk, nohy a křídla opaříme, očistíme, z hlavy odstraníme oči, usekneme zobák, jazyk oloupáme, z krku odstraníme zbytek hltanu a chřtánu a drůbky vypereme ve studené vodě, trochu je nasekáme. V osolené vodě povaříme na kolečka nakrájenou kořenovou zeleninu, cibuli a dobře očištěný, vypraný žaludek a srdečko, pak při-

dáme připravené drůbky a uvaříme je do měkka. Z rozpuštěného másla a mouky připravíme si světležlutou jíšku, zředíme ji polévkou z drobečků na zahoustlou omáčku, povaříme ji, načež do ní zamícháme na špičku nože květu, měkké, nakrájené drůbky a zvlášť uvařený květák a vše ještě povaříme malou chvíli. Drůbky podáváme v omáčce obložené květákem a jako příkrm podáváme k nim nudle, dušenou rýži nebo houskové knedlíčky. Omáčku můžeme zlepšiti žloutkem.

Právě tak připravujeme vařené nakrájené husí žaludky.

Rozpočet pro 5 osob: 1 husí drůbky - sůl - 3 *dkg* másla - 4 *dkg* mouky - kořenová zelenina - 3 *dkg* cibule - na špičku nože květu - 1 malý květák - 1 žloutek.

Husí drůbky na paprice.

Opařené, vyprané husí drůbky (t. j. hlava, krk, nohy, křídla) nasekáme a osolíme. V kastrole na másle si usmažíme drobně nakrájenou cibulku. Jakmile cibulka zrůžoví, přisypeme sladkou papriku, přidáme červené rajské jablíčko, připravené drůbky, v polévce do měkka uvařený, očištěný nakrájený žaludek a srdce. Kastrol přiklopíme poklicí a dusíme. Vydušené drůbky zaprášíme moukou, necháme opražiti, přilijeme polévku neb jen vařící vodu a dobře povaříme. Měkké drůbky zbavíme větších kostí, dáme je na mísu, polijeme procezenou omáčkou a podáváme je s dušenou rýží nebo opečenými brambory.

Rozpočet pro 5 osob: drůbky asi ze 4 *kg* husy - žaludek - srdce - sůl - 6 *dkg* másla - 5 *dkg* cibule - na špičku nože červené sladké papriky - 2 rajská jablíčka - 3 *dkg* mouky.

Husí stehýnka s hrachem a kroupami.

Husí opraná stehýnka uvaříme v osolené vodě s kouskem cibule ne příliš do měkka. Zelený hrách předem dvě hodiny namočený a velké kroupy ve dvojí vodě vyprané uvaříme každé zvlášť. Uvařený hrách vysypeme na mísu, promícháme s kroupami, osolíme, přidáme trochu tlučeného pepře, majoránky, utřený česnek, obé na husím sádle udusíme a dobře promícháme. Nejsou-li stehýnka dosti tučná, musíme do hrachu zamíchati kousek husího sádla. Pak vše promícháme, nasypeme do kastrolu, ovařená stehýnka šikmo do hrachu zastrkáme a zalijeme polévkou, v níž se vařila, a dusíme je pod pokličkou ½—1 hodinu v troubě.

Rozpočet pro 5 osob: 2 stehna - sůl - 3 *dkg* cibule - 15 *dkg* hrachu - 10 *dkg* krup - sůl - špetku majoránky - 1 stroužek česneku - 6 *dkg* husího sádla.

Husí stehýnka s risi-bisi

Opraná husí stehýnka uvaříme s cibulí jako v předešlém předpise. Očištěnou, spařenou rýži zalijeme polévkou ze stehýnek a ne příliš do měkka ji udusíme. Když je rýže napolo udušená, vsypeme ji na mísu, přidáme k ní kousek sádla, přimísíme zelený, mladý hrášek, osolíme, zamícháme, vložíme do kastrolu, načež zastrčíme do rýže šikmo stehýnka, zalijeme je polévkou a pod poklicí je ½ až ¾ hodiny dusíme v troubě.

Rozpočet pro 6 osob: 2 stehýnka - sůl - 3 *dkg* cibule - 25 *dkg* rýže - 6 *dkg* husího sádla - 15 *dkg* zeleného hrášku.

Dušená husí prsa.

Prsa ze stažené husy opereme a potřeme solí, utřeným česnekem, do kterého jsme přidaly strouhaný zázvor. V kastrole na rozpuštěném husím sádle si usmažíme drobně nakrájenou cibuli a česnek, načež husí prsa masíčkem na cibuli vložíme a dusíme pod pokličkou, při čemž dáváme pozor, aby se cibulka nespálila, nýbrž zůstala růžová. Pak je podlijeme polévkou a udusíme do měkka. Udušená prsa vložíme do jiné nádoby, zbylou šťávu vydusíme, pak ji zaprášíme moukou, kterou povaříme, pak šťávu procedíme na prsa, která ještě povaříme malou chvíli v omáčce.

Rozpočet pro 5 osob: 1 husí prsa - sůl - 1 stroužek česneku - na špičku kulatého nože zázvoru - 5 *dkg* sádla - 6 *dkg* cibule - 3 stroužky česneku - 2 *dkg* mouky.

Naložená husa.

Mnozí lidé, zvláště již starší, neradi pojídají pečenou husu, poněvadž ji těžko stravují. Zato však lehce snášejí husu naloženou, která chutí vyrovná se zvěřině a je lehce stravitelná. Nakládati se má však nejlépe husa hodně vykrmená, která se těžko vypéká a svou tučností těžko je stravitelná.

Husu vykucháme, zbavíme hltanu a hrtanu a osekáme. Pak ji stáhneme tak, že na stehnách, křídlech a na zadní části hřbetu kousky kůže ponecháme. Husu lehce opereme, otřeme utěrkou, rozdělíme na porce. Na dno vysokého kamenného hrnce dáme drobně nakrájenou cibuli, na ni položíme několik porcí husy, posypeme je tlučeným pepřem, novým kořením, hřebíčkem a opět přidáme nakrájenou cibuli. Takto pokračujeme, až je v hrnci celá husa. Pak ji zatížíme a uložíme do studena na 2—3 dny. V zimě vydrží naložená i 5—6 dní. Při úpravě usmažíme na sádle nakrájenou kořenovou zeleninu (celer, mrkev, petržel), bobk. list, poté přidáme osolená husí prsa, protažená nakrájenou slaninou, osolená stehna a ostatní osolené porce husy s cibulí i šťávou, která se při naložení z husy vyloužila. Husu dusíme na plotně, často ji podlévajíce, až i 2 hodiny. Když je takto napolo udušena, přendáme obrácenou stranou husu na pekáč, posypeme ji strouhanou houskou, přidáme k ní prolisovanou zeleninu a husu upečeme v troubě po obou stranách do červena.

Upečenou husu narovnáme na mísu, polijeme šťávou, se které jsme sebraly přebytečné sádlo, a podáváme k ní opečené brambory. a celerový salát.

Drůbky z husy upravíme první den (viz Zadělávané drůbky, str. 151).

Rozpočet na vykrmenou 7 kg těžkou husu: *Naložení:* 16 *dkg* cibule - 6 zrnek tluč. pepře - 2 nové koření - 1 hřebíček. — *Úprava:* sůl - 4 *dkg* husího sádla - 10 *dkg* zeleniny (celer, mrkev, petržel), bobkový list - 3 *dkg* slaniny - 1 *dkg* strouhané housky (žemle).

Husí játra s cibulkou.

Na husím sádle si usmažíme do žluta drobně nakrájenou cibulku a trochu kmínu. Opraná menší játra do ní vložíme a na každé straně dusíme 7 minut. Pak je poprášíme moukou, zalijeme málo polévkou a chvíli je ještě dusíme. Hotová játra dáme na talíř, osolíme, opepříme, polijeme procezenou šťávou a ozdobíme je na koláčky nakrájenou, na másle zvlášť usmaženou cibulí.

Rozpočet na menší husí játra - 3 *dkg* husího sádla - 4 *dkg* cibule - trochu kmínu - ¼ *dkg* mouky - sůl - 2 zrnka tluč. pepře - 3 *dkg* cibule - 2 *dkg* másla.

Játra z krmené husy.

Tučná bílá játra očistíme od žluče a žlutých skvrn, namočíme je do mléka, ve kterém je vypereme. Pak do jater napícháme spařené, na nudličky nakrájené mandle a několik celých hřebíčků tak, aby špičky vyčnívaly ven. Do pekáčku, ve kterém játra budeme péci, nalijeme do poloviny husího sádla, přidáme připravená husí játra a zvolna je pečeme v troubě asi tři čtvrti hodiny. Upečená játra dáme na mísu, zbylé sádlo osolíme, játra jím polijeme a dáme vystydnouti. Pak játra nakrájíme na tenké plátky a podáváme k nim lžičku husího sádla.

Rozpočet: Na jedna játra asi 70 *dkg* - 3 *dkg* mandlí - 4 celé hřebíčky a asi 15 *dkg* husího sádla.

Husí játra.

Játra z krmené husy vypereme ve zředěném mléce, načež do nich zapíchneme 2 hřebíčky. Vložíme je do menšího kastrolu, přidáme k nim syrové, nakrájené husí plsní sádlo, podlijeme je studenou vodou, přikryjeme pokličkou a dusíme. Když je sádlo průhledné a na okraji kastrolu zrůžoví, jsou játra hotová. Poté je vložíme do porcelánového hrnce, zalijeme je sádlem, ve kterém se dusila, a to tak, aby byla potopena, a uložíme do studena. Takto upravená játra jsou výborná pomazánka na chléb k večeři.

Rozpočet na 1 husí játra: ⅛ *l* mléka - 2 hřebíčky - 12 *dkg* sádla.

Risotto z husích jater.

Očištěná vypraná husí játra nakrájíme na malé kousky a na jemně usekané, na másle usmažené cibulce dusíme je stále míchajíce asi 10 minut. Pak je opepříme, přidáme k nim na másle udušené, na plátky nakrájené hříbky nebo žampiony (pečárky) a zvlášť předem na husím sádle udušenou rýži, vše dobře promícháme, trochu zalijeme polévkou a dusíme ještě asi 3 minuty. Risotto upravíme do kupy na mísu, posypeme parmezánským sýrem a podáváme k němu šťávu z pečené husy.

Rozpočet pro 5 osob: 30 *dkg* husích jater - 6 *dkg* másla - 3 *dkg* cibule - 4 zrnka tluč. pepře - 2 hřiby nebo pečárky - 3 *dkg* husího sádla - 3 *dkg* másla - 2 *dkg* parmezánského sýra - sůl - 20 *dkg* rýže.

Nadívaný husí krk.

Pěkná husí játra udusíme na másle, načež je prolisujeme. Pak k nim přidáme namočenou, prolisovanou housku, sůl, pepř, utřený česnek, rozpuštěné sádlo, tlučený květ, strouhanou citronovou kůru a sherry neb šípkové víno. Míšeninku dobře utřeme a naplníme jí kůži husího krku. Krk na stranách zavážeme a v osolené vodě mírně vaříme asi ½ hod.

Nadívaný husí krk místo uvařiti, můžeme na pekáčku se sádlem v troubě upéci do růžova. Upečený krk nakrájíme jako salám a podáváme s hlávkovým salátem.

Rozpočet pro 5 osob: Husí krk - 50 *dkg* husích jater - 2 *dkg* másla - 4 *dkg* housky - 2 lžíce husího sádla - sůl - 3 zrnka tluč. pepře - ½ strouž k česneku - na špičku nože květu - ½ cm^2 strouhané citronové kůry - 1 lžíce sherry vína.

Husí krev.

Ze zachycené, stydlé husí krve vodu slijeme, krev vypereme a znovu vodu slijeme, pak krev dobře rozmícháme se smetanou. V kastrole na husím sádle si usmažíme drobně nakrájenou cibulku a kmín, rozmíchanou krev se smetanou do ní nalijeme a mícháme stále, aby nezůstaly kousky, pak přidáme strouhanou housku, tluč. pepř a stále míchajíce ji udusíme, až je tmavá. Pak krev osolíme, opepříme a hned podáváme. Do krve při dušení můžeme zamíchati usekané husí škvarečky. — Husí krev připravujeme též bez housky.

Rozpočet pro 5 osob: 5 koleček krve - 6 *dkg* sádla - 6 *dkg* cibule - špetku kmínu - 3 lžíce smetany - 5 *dkg* strouhané housky - sůl - 4 zrnka tlučeného pepře.

Úprava sádla ze stažené husy.

Kůži i se sádlem nakrájíme na 3 cm^2 velké čtverečky, plsní sádlo nakrájíme ještě na větší kousky. Pak je dáme do hrnce, zalijeme naběračkou studené vody (¼ *l*), přikryjeme pokličkou a dáme na plotnu škvařiti na mírný oheň. Takto vyvařujeme sádlo nejméně 3 hod., při čemž je stále pokličkou přikryto. Občas je vařečkou zamícháme. Teprve k posledu poklici odstraníme a sádlo škvaříme prudčeji. Kdyby se sádlo hned zprudka škvařilo, byly by škvarečky tvrdé. Dobře vyškvařené škvarečky jsou měkké, narůžovělé a sádlo průhledné. Když ztuhne, je krupičkovité. Sádlo toto je velmi chutné jako pomazánka na chléb k večeři a na brambory upečené ve slupce.

Sádlo střevní dobře vypereme ve zředěném mléce a vyškvaříme je zvlášť. Hodí se dobře pod zelí a pod některá masa.

Kachna na divoko.

Pěknou, očištěnou, vykuchanou a opranou kachnu upravíme, osolíme a protáhneme na nudličky nakrájenou slaninou. Na kastrole

na másle si usmažíme do růžova na plátky nakrájenou kořenovou zeleninu a cibuli. Pak přidáme koření, citronovou kůru, polévku a ocet. Připravenou kachnu tam vložíme, přikryjeme poklicí a v troubě dusíme do měkka. Občas kachnu podlijeme polévkou. Měkkou kachnu ze šťávy vyndáme a nakrájíme ji na úhledné kousky. Zvlášť upravíme si z másla, mouky a cukru červenou jíšku, zředíme ji šťávou, ve které se kachna dusila, podle potřeby ještě rozředíme polévkou, načež omáčku okyselíme citronovou šťávou a červeným vínem a povaříme ji. Kachnu složíme na mísu, polijeme procezenou šťávou a podáváme k ní jemnější knedlík nebo paštiky z máslového těsta.

Rozpočet pro 5—8 osob: Na 1 kachnu - sůl - 6 *dkg* slaniny - 4 *dkg* másla - kořenovou zeleninu (celer, mrkev, petržel) - 2 cm^2 citron. kůry - 1/16 *l* octa - 4 *dkg* cibule - 4 zrnka celého pepře - 2 zrnka nov. koření - proutek tymiánu - malý bobkový list - 1 zrnko hřebíčku - jíšku ze 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky a 1 *dkg* cukru - ⅛ *l* červeného vína - z ½ citronu šťávy.

Zadělávaná slepice.

Slepici oškubanou, opařenou a vykuchanou dáme uležeti na 2 dny do studena. Poté ji vypereme a rozkrájíme na stejné díly. Do hrnce si připravíme 1½ litru osolené vody a když se ohřeje (ne vařit), vložíme do ní slepici a vaříme ji asi ½ hod. Pak přidáme na plátky nakrájenou kořenovou zeleninu, cibuli a slepici na mírnějším ohni vaříme ještě 2—2½ hod. (Rok stará slepice jest vařená za 2½ hod.) Pak si připravíme z másla a mouky světležlutou jíšku, zředíme ji na omáčku polévkou ze slepice a povaříme ji. Měkkou slepici vložíme do omáčky, načež omáčku okořeníme tlučeným květem, zelenou petrželí, přidáme do ní zvlášť uvařený, rozebraný květák a vše povaříme několik minut. Slepici podáváme v omáčce obloženou rýží, nudlemi, knedlíky nebo květákem.

Rozpočet pro 5—6 osob: 1 slepice - sůl - 1½ *l* vody - kořenová zelenina (celer, mrkev, petržel) - 4 *dkg* cibule - 3 *dkg* másla - 3 *dkg* mouky - na špičku nože květu - zel. petržel - 1 malý květák.

Slepice pečená.

Očištěnou, odleželou slepici opereme, natřeme ji malounko čištěnou sodou (zažívací soda, bicarbonát, koupíme ji u materialisty), aby byla křehčí: pak ji osolíme a v litru vody uvaříme do měkka. Vařenou slepici protáhneme slaninou a na másle pečeme jako kuře.

Rozpočet pro 5 osob: 1 slepice - na špičku nože čištěné sody - sůl - 5 *dkg* slaniny - 10—12 *dkg* másla.

Slepice na paprice.

Očištěnou, odleželou, vykuchanou slepici uvaříme a pak ji upravíme jako kuře s paprikou.

Rozpočet pro 5 osob: 1 slepice - sůl - 6 *dkg* másla - 6 *dkg* cibule - paprika - ⅛ *l* kyselé smetany - 2 *dkg* mouky - 2 rajská jablíčka nebo lžíci zavařeniny z rajských jablíček.

Nadívaní holubi.

Oškubané, očištěné, vykuchané holuby vypereme, kůži na prsíčkách odloupneme tak jako při kuřeti, načež je osolíme, vzniklý otvor naplníme nádivkou, u krku zavážeme nití, holuby sešijeme, křidélka jim založíme a dáme je péci do pekáče na rozpálené máslo. Při pečení potíráme holuby máslem a když na jedné straně zčervenali, obrátíme je a upečeme do červena na straně druhé. Mladé holuby pečeme celkem asi $1/2$—$3/4$ hodiny.

Nádivka: Do umíchaného másla se solí zamícháme žloutky, tluč. květ, zel. sekanou petrželku, hořkou strouhanou mandli, strouh. citr. kůru, mlékem navlhčenou strouhanou housku, z bílků sníh a podle potřeby strouhanou suchou housku. (Místo strouhané housky můžeme dáti loup. strouhané mandle; taktéž můžeme do nádivky zamíchati jemně usekaná játra, srdce a očištěný žaludek z holubů.)

Rozpočet pro 5 osob: 3 holubi - sůl - 10 *dkg* másla. - *Nádivka* na 3 holuby: 6 *dkg* másla - sůl - 3 žloutky - na špičku nože květu - zel. petržel - hořká mandle - 1 cm^2 citr. kůry - 3 lžíce mléka - 10 *dkg* strouh. housky - ze 3 bílků sníh - 2 *dkg* suché strouh. housky nebo mandlí.

Holubi na divoko.

Očištěné, vykuchané holuby osolíme, uvnitř je potřeme máslem, ve kterém jsme rozmíchaly utlučený jalovec. Pak vložíme do každého holuba očištěná játra, srdce a žaludek, holuby svážeme nití a na prsíčkách je protáhneme nakrájenou slaninou. Na pekáči rozehřejeme zbytky nakrájené slaniny s kouskem másla, přidáme na plátky nakrájenou kořenovou zeleninu, cibuli a koření a když zelenina zarůžověla, přidáme do ní holuby, podlijeme je polévkou, přikryjeme pokličkou a udusíme do měkka. Měkké holuby rozpůlíme a v čistém kastrolu zatím uschováme na teplém místě. Šťávu, ve které se holubi dusili, zaprášíme moukou a podusíme ji, pak zalijeme šťávu polévkou, podle chuti přidáme citronovou šťávu, cukr a kousek dobré rybízové nebo malinové zavařeniny a povaříme ji. Pak omáčku procedíme na holuby, přidáme červené víno a holuby povaříme v omáčce 2 minuty.

Na stůl podáváme holuby v omáčce a přidáváme k nim noky.

Rozpočet pro 5 osob: 5 holubů - sůl - 2 bobulky jalovce - 2 *dkg* másla - 5 *dkg* slaniny - 6 *dkg* másla - celer - mrkev - petržel - 5 *dkg* cibule - 5 zrnek pepře - 2 zrnka nov. koření - 1 bobkový list - proutek tymiánu - 2 *dkg* mouky - z $1/2$ citr. šťáva - 1 *dkg* cukru - 4 *dkg* malinové nebo rybízové zavařeniny - $1/16$ *l* červeného vína.

Zadělávaní holubi.

Zadělávané holuby upravujeme jako kuře s hříbky.

Rozpočet pro 5 osob: Na 3 holuby týž rozpočet jako na kuře s hříbky.

Perlička.

Mladé, dobře vykrmené perličce usekneme hlavu a nohy, oškubeme ji, opálíme, vykucháme, vypereme, osolíme a dáme na den ule-

žeti. Před úpravou ji protáhneme na nudličky nakrájenou slaninou, pak ji vložíme do pekáče na rozpálené máslo prsíčky dolů a chvíli dusíme. Pak přidáváme po lžicích polévku nebo vodu a dusíme ji tak, až poněkud změkne. Pak ji dáme do trouby a po obou stranách upečeme do červena. Měkkou perličku nakrájíme, šťávu zaprášíme trochu moukou, podusíme, zalijeme polévkou, povaříme a podáváme k masu.

Rozpočet pro 5 osob: 1 perlička - sůl - 5 *dkg* slaniny - 12 *dkg* másla - ½ *dkg* mouky (též se může přidati do másla 4 *dkg* nakrájené cibule).

i) Úprava divoké drůbeže.

Pečené koroptve.

Pěkné, mladé koroptve, které mají světlé nožky, celé oškubeme, i hlavičky. Pak očistíme nožky vařící vodou a usekáme drápky; zobáčky vyčistíme, opálíme chloupky, čistě je vykucháme, vypereme a otřeme utěrkou. Uvnitř i navrch je osolíme a do každé dáme malý kousek slaniny. Pak koroptve na prsíčkách protáhneme na nudličky nakrájenou slaninou a špejlí pěkně upravíme, a to tak, že hlavičku špejlí připevníme. Na pekáči si rozpustíme zbytky slaniny a kousek másla, přidáme na tenké plátky nakrájenou cibuli, celý pepř, bobkový list a tymián. Do bledě žluta upražené cibulky dáme koroptve, polévkou je trochu podlijeme a pečeme často je polévajíce šťávou asi ¾ hodiny. Zlatové koroptve rozkrájíme na půlky, upravíme na mísu, podlijeme procezenou šťávou a podáváme k nim brusinky, červené zelí neb dušenou rýži.

Starší koroptve, které mají šedé nohy, udusíme skoro do měkka na másle, cibuli a koření a pak je teprve dáme do trouby začervenat. Do omáčky přidáme 1 lžíci červeného vína a zaprášíme ji moukou, podusíme, zředíme polévkou, povaříme a procezenou nalijeme na koroptve.

Rozpočet pro 5 osob: 3 koroptve - sůl - 3 *dkg* slaniny dovnitř - 12 *dkg* slaniny - špejle - 4 *dkg* másla - 4 *dkg* cibule - 5 zrnek pepře - ½ bobkového listu - malý kousek tymiánu.

Pečený bažant.

Odleželého, oškubaného bažanta opálíme a připravíme tak jako koroptve. Zbytky slaniny z protahování bažanta nakrájíme a s máslem a celým pepřem dáme rozehřáti. V tom usmažíme cibuli, upraveného bažanta vložíme prsíčkama do pekáče, podlijeme polévkou a často potírajíce máslem pečeme jej na jedné straně do červena. Pak ho obrátíme a pečeme jej do červena na druhé straně. Celkem asi 1 hodinu. Měkkého bažanta nakrájíme, složíme úhledně na mísu a šťávou polijeme.

Rozpočet pro 5 osob: 1 bažant - sůl - 2 *dkg* slaniny dovnitř - 5 *dkg* slaniny - 3 zrnka pepře - 2 *dkg* cibule - 6 *dkg* másla.

Tetřev.

Očištěného, vykuchaného tetřeva dáme uložiti na 8 dnů do mořidla, protože má velmi tuhé maso. Mořidlo musí býti vařící, když je na

ptáka nalijeme, a tetřev v něm musí býti potopen. Každý den ptáka obrátíme, aby se stejnoměrně proležel. Odleželého tetřeva z mořidla vyndáme, kůži na prsou stáhneme a protáhneme ho hustě na nudličky nakrájenou slaninou a potřeme citronovou šťávou, načež stáhnutou kůži opět na prsa položíme, přivážeme je a takto připraveného tetřeva dáme do kastrolu na nakrájenou, rozehřátou slaninu a máslo, zalijeme mořidlem, přiklopíme poklicí a dusíme jej skoro do měkka. Pak tetřeva vyndáme, omáčku procedíme do kyselé smetany, načež ji nalijeme na tetřeva, kterého upečeme v troubě do měkka. Celkem jej pečeme 3 hod. Z měkkého odstraníme kůži a tetřeva na velké, ale tenké kousky nakrájíme, složíme na mísu, šťávou trochu polijeme, ostatní podáváme zvlášť v omáčníku.

Rozpočet na 1 tetřeva: 5 *dkg* slaniny - z ½ citr. šťáva - 3 *dkg* slaniny - 3 *dkg* másla - ⅛ *l* kyselé smetany. — *Mořidlo:* ¼ *l* vody - ¾ *l* červeného vína - 10 *dkg* cibule - sůl - 5 zrnek pepře - 2 zrnka nov. koření - bobkový list - 3 bobulky jalovce - 1 kořen mrkve - 1 menší celer - 1 kořínek petržele - 2 cm^2 citr. kůry povaříme a na tetřeva nalijeme.

Dušený tetřívek.

Tetřívek jest mnohem chutnější nežli tetřev a je-li mladý, můžeme jej i upéci jako bažanta. Staršího očištěného musíme naložiti do mořidla jako tetřeva, ale jen na 4 dny a pak jej takto upravíme: tetřívka z mořidla vyndáme a protáhneme ho na nudličky nakrájenou slaninou. Na pekáči na zbytku nakrájené a rozehřáté slaniny a másle si usmažíme procezenou zeleninu a cibuli z naloženého tetřívka, kterého tam přidáme, zalijeme trochu mořidlem a dusíme v troubě do měkka. Měkkého tetřívka nakrájíme, šťávu zaprášíme moukou, zalijeme polévkou, přidáme do ní do žluta upražený cukr, malinovou zavařeninu, načež omáčku povaříme, procedíme a přidáme červené víno. Trochu omáčky nalijeme na rozkrájeného tetřívka, ostatní dáme do omáčníku.

Při pečení podléváme tetřívka ohřátým mořidlem.

Rozpočet: 1 tetřívek - 6 *dkg* slaniny - 6 *dkg* másla - 3 *dkg* malinové zavařeniny - 2 *dkg* mouky - 1 *dkg* cukru - 2 lžičky červeného vína. — *Mořidlo:* ⅛ *l* vody - ½ *l* červ. vína - ⅓ *l* octa - 5 *dkg* cibule - sůl - 2 cm^2 citr. kůry - mrkev - celer - petržel - 2 jalovce - 4 zrnka pepře - 2 nové koření - 1 bobkový list - proutek tymiánu.

Pečené sluky.

Několik dní odleželé sluky oškubáme, hlavičky stáhneme, očka vyloupáme, chmýří opálíme, sluky vykucháme a vnitřnosti (kromě žaludku a volátka) zatím uložíme. Pak usekneme drápky, uvnitř i navrch sluku osolíme, málo opepříme, dovnitř dáme kousek másla, nožky založíme zpět a zašpejlíme. Dlouhý očištěný zobák prostrčíme stehýnkem a křidélka založíme nazad. Pak prsíčka pokapeme citronovou šťávou a sluky zabalíme slaninou, nakrájenou na tenké plátky, které přivážeme nití. Na pekáči si rozehřejeme máslo, sluky vložíme do něho prsíčky dolů a při mírném ohni dusíme je pod pokličkou často je polévajíce šťávou, bílým vínem nebo polévkou. Když začínají měknouti,

dáme je do trouby dopéci ustavičně je polévajíce, aby zůstaly šťávnaté. Měkké sluky rozkrájíme na polovinu a úhledně je složíme na mísu a procezenou šťávou polijeme. Kolem je ozdobíme houskovými řízky, které jsme potřely vnitřnostmi ze sluk.

Příprava vnitřností: Veškeré vnitřnosti, to jsou hlavně nevyčištěná střívka (mimo žaludek a volátko) usekáme, přidáme k nim utřenou slaninu, sůl, kousek másla, strouhanou cibulku a vše dáme dusit do kastrolu. Pak přidáme červené víno a vše necháme vysmahnouti a pak vychladnouti. Do vychladlé míšeninky přidáme žloutek, načež dobře promíchanou míšeninkou potíráme smažené houskové řízky.

Rozpočet: na 2 sluky - sůl - 4 zrnka tluč. pepře - 3 *dkg* másla - ½ citronu - 10 *dkg* slaniny - 6 *dkg* másla - ⅛ *l* bílého vína. — *Míšeninka:* 3 *dkg* slaniny - 3 *dkg* másla - 2 *dkg* cibulky - sůl - 2 lžíce vína - 1 žloutek - všechna střívka nevyčištěná - 10 *dkg* housky (2 kusy housky) - 2 *dkg* másla.

Pečené kvíčaly.

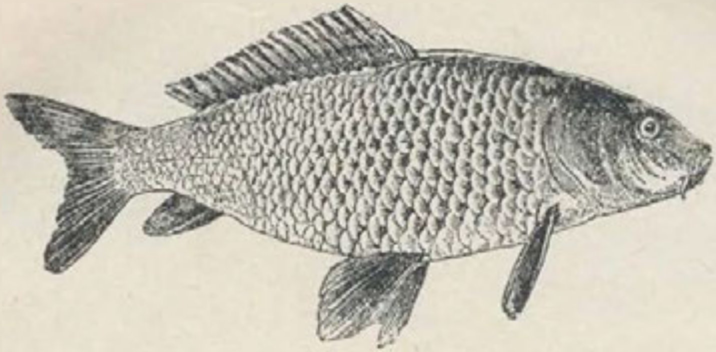
Kvíčaly, které *nesmíme* dáti odležeti, hned oškubáme, opálíme, vykucháme, vypereme, hlavičky i nožky jim necháme jako u koroptví, načež je osolíme, do každé dáme zrnko jalovce a kousek másla a celé je zabalíme do slaniny na tenké plátky nakrájené a povážeme nití. Na másle si usmažíme na plátky nakrájenou cibuli a celý pepř, kvíčaly na to vložíme, hned je zalijeme dobrou polévkou a pečeme přikryté asi 15 minut. Pak je obrátíme, necháme zčervenat na straně druhé. (Pečené na rožni jsou chutnější.) Pak kvíčaly vyndáme, šťávu zalijeme polévkou nebo červeným vínem, povaříme a prolisujeme. Kvíčely urovnáme na mísu, polijeme šťávou a ozdobíme je máslovými paštičkami s brusinkami (viz str. 301) nebo osmaženými plátky housky a zel. petrželí.

Rozpočet pro 5 osob: 10 kvíčal - sůl - 12 *dkg* másla - 10 zrnek jalovce - 20 *dkg* slaniny - 4 *dkg* másla - 8 *dkg* cibule - 5 zrnek pepře - 4 lžíce červ. vína.

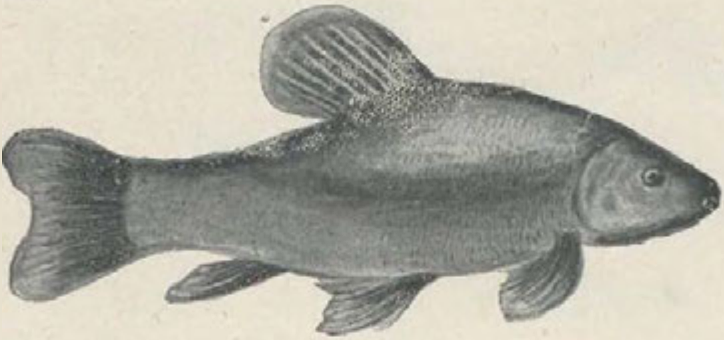
Pečená divoká kachna.

Kachnu oškubeme, vykucháme, omyjeme, osolíme, sešpejlíme a protáhneme slaninou. V kastrole na nakrájené, rozehřáté slanině a másle si usmažíme do růžova na kolečka nakrájenou kořenovou petržel, mrkev a cibuli, usmažené zalijeme polévkou, přidáme celý pepř, jalovec, citr. kůru zbavenou bílého vnitřku, bobkový list a tymián. Kachnu na to vložíme prsama dolů, přikryjeme ji poklicí a nejprve dusíme. Pak ji bez poklice upečeme v troubě do červena. (Celkem se dusí a peče asi 1¾ hod.) Měkkou kachnu vyndáme, šťávu dáme vydusiti, načež ji zaprášíme moukou, znovu podusíme, zalijeme polévkou a smetanou a povaříme. Potom omáčku procedíme, část jí nalijeme na rozkrájenou kachnu, ostatní podáváme v omáčníku.

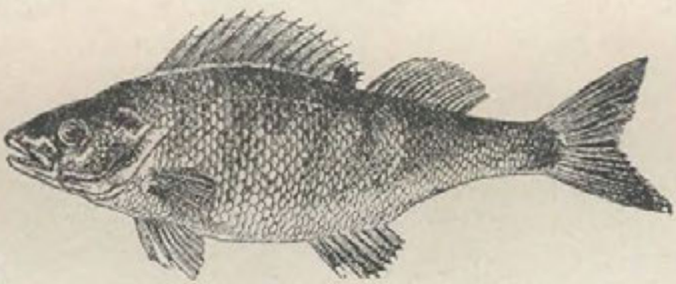
Rozpočet pro 5 osob: 1 divoká kachna - sůl - 10 *dkg* slaniny - 6 *dkg* másla - 1 malý kořen petržele - 1 malý kořen mrkve - 5 *dkg* cibule - 4 zrnka pepře - 1 jalovec - 2 cm^2 citronové kůry - malý bobkový list - proutek tymiánu - 1 *dkg* mouky - ⅛ *l* kyselé smetany.



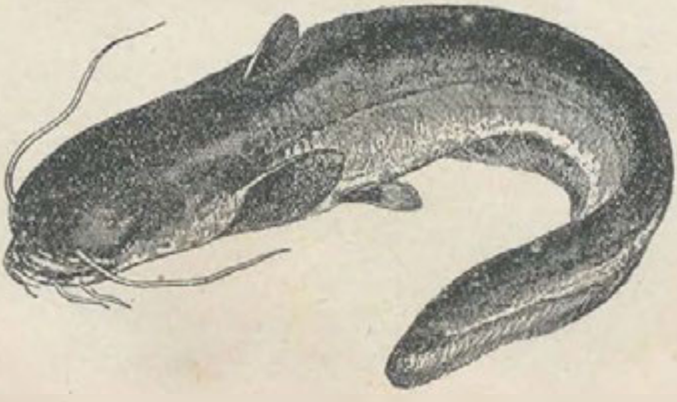
Kapr.



Lín.



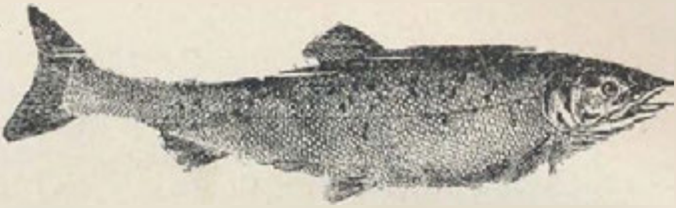
Okoun.



Sumec.



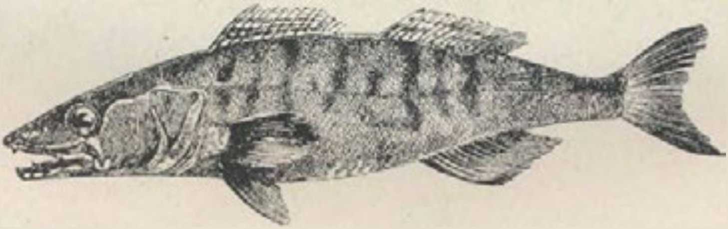
Štika.



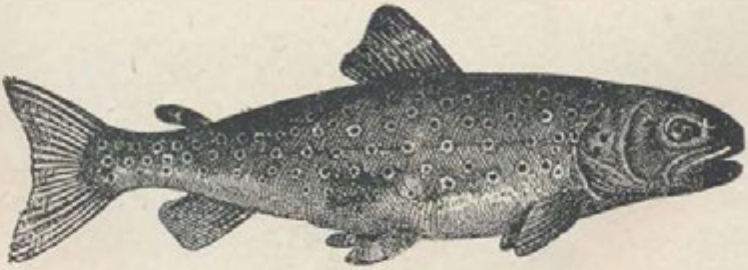
Losos.



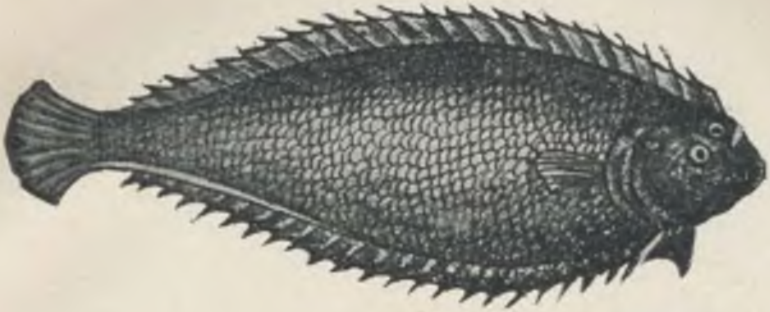
Úhoř.



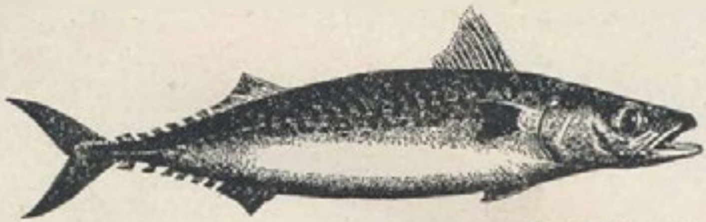
Candát.



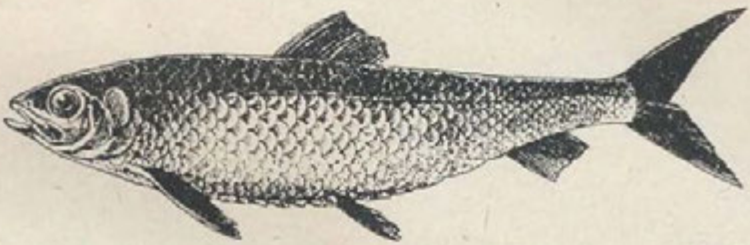
Pstruh.



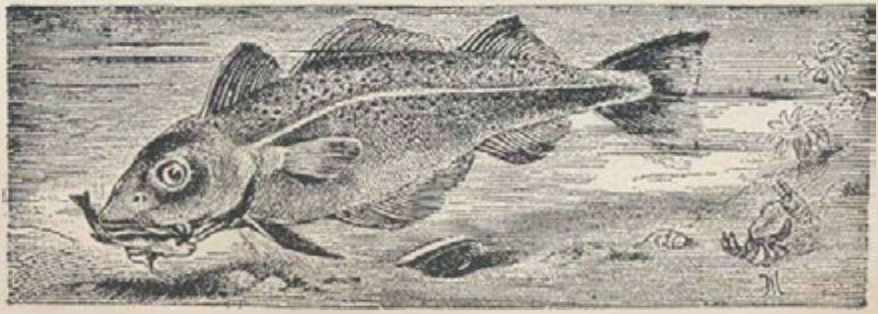
Mořský jazyk.



Makrela (Scombra).



Sleď.



Treska.



V. RYBY SLADKOVODNÍ

Smažený kapr.

O zabíjení ryb jest pojednáno na stránce 85.

Zabitého kapra zbavíme šupin, pak jej rozřízneme od konečníku k hlavě, vnitřnosti rukou podebereme a vytáhneme. Pak odstraníme opatrně žluč a oddělíme střívka od jater a kapra rozřízneme, nakrájíme na porce, načež jej opereme, dobře osolíme a necháme tak ležeti 1 hod. Pak jej otřeme utěrkou, obalíme moukou, vejci, strouhanou houskou a smažíme nejdříve zprudka na rozpáleném převařeném másle neb sádle, a když je do červena na obou stranách usmažen, necháme jej na mírnějším ohni zvolna prosmažiti. Usmaženého upravíme na mísu,

ozdobíme citronem, zelenou petrželí a podáváme k němu strouhaný křen nebo bramborový salát. (Rybí hlavy upotřebíme na polévku.) Malé, vykuchané pstruhy smažíme celé. Takto se smaží i jiné ryby.

Rozpočet pro 5 osob: 1 ½ *kg* kapra - sůl - 10 *dkg* mouky - 3 vejce - 20 *dkg* strouhané housky - 25 *dkg* převařeného másla (šmolce) neb sádla.

Kapr pečený.

Čerstvě zabitého vyčištěného kapra nasolíme, pokapeme citronovou šťávou, opepříme a položíme do pekáče s rozpáleným čerstvým máslem. Poté dáme pekáč s kaprem do trouby a za častého polévání máslem upečeme. Hotového kapra položíme na mísu, ozdobíme zelenou petrželkou a podáváme k němu máslo v omáčníku a malé vařené brambory. Též můžeme syrového kapra nakrájeti na dílky a tyto podle uvedeného návodu upéci na pánvi. Pekou se však jen 10—15 minut. V troubě pečeme kapra v celku ½ hod.

Rozpočet pro 5 osob: 1 ½ *kg* kapra - sůl - 1 citron - 20 *dkg* másla - zelená petržel - 1 *kg* brambor.

Kapr vařený s máslem.

Jak rybu zabíjíme, jesť napsáno na str. 85. Zabitého kapra rozřízneme od konečníku k hlavě a pravou rukou vnitřnosti vyjmeme. Pozorně odstraníme žluč a oddělíme střívka od jater. Pak teprve zbavíme kapra šupin a vystříháme z hlavy skřelí (žábry) a dobře rybu vypereme. Kapra osolíme, po celé délce propíchneme špejlí, aby se ryba nezkroutila a přivážeme jej na zvláštní dírkovanou vložku k tomu určenou. Do vaničky na ryby nalijeme vodu, ocet, osolíme, přidáme celý pepř, rozkrájenou cibuli, mrkev, celer, zelenou petrželku a bobkový list. Vše povaříme, načež do odvaru vložíme přivázaného kapra s vložkou a po přejití varu odtáhneme nádobu na okraj plotny a necháme zvolna pod pokličkou ¼—½ hodiny vařiti. Pozor, aby se kapr nerozpadl! Vařeného celého kapra dáme dobře odkapati, poté jej upravíme na mísu jako když plave, polijeme jej rozpáleným máslem, ozdobíme zelenou petrželkou, kolem něho položíme malé vařené brambory omaštěné máslem. Ke kapru podáváme malé nádobky s máslem. Nemáme-li zvláštní vaničku s vložkou na ryby, uvaříme kapra ve velkém neoprýskaném pekáči, nebo syrového kapra rozkrájíme na dílky a uvaříme v kastrole. Dílky vaříme opatrně jen 8—10 minut. Podáváme-li kapra studeného, podáváme k němu majonézu.

Rozpočet pro 5 osob: 2 *kg* kapra - sůl - *Na odvar:* 2 *l* vody - ½ *l* octa - 8 *dkg* kořenové zeleniny - 5 zrnek pepře - 5 *dkg* cibule - zel. petrželka - 1 bobkový list - 4 *dkg* másla na polití kapra i brambor - 10 *dkg* másla na podávání.

Kapr na sardelích.

Kousky nakrájeného kapra nařízneme na masité straně ostrým nožem, do každého řezu vložíme osminu nakrájeného citronu bez jader, načež díly přisolíme, složíme je do pekáče na drobně nakrájenou,

na másle usmaženou cibulku, povrchu každou porci potřeme sardelovým máslem, posypeme jemně strouhanou houskou a dáme na 20 minut péci. Při pečení podlijeme kapra polévkou. Pak jej urovnáme na mísu, šťávu zaprášíme moukou, podusíme, zředíme polevkou a povaříme. Procezenou omáčku nalijeme na kapra. Omáčku můžeme místo polévky zalíti kyselou smetanou.

Rozpočet pro 5 osob: $1^1/_2$ *kg* kapra - sůl - 1 citron - 2 sardele - 8 *dkg* másla - 4 *dkg* másla - 4 *dkg* cibule - 2 *dkg* strouhané housky - 1 *dkg* mouky ($^1/_8$ *l* kyselé smetany).

Kapr na černo.

Očištěného kapra vykucháme, načež z něho krev vypláchneme octem a kapra rozkrájíme po délce, pak na stejné díly a osolíme je. Zatím si na másle do růžova usmažíme všechnu na kolečka nakrájenou kořenovou zeleninu a cibuli, po chvíli zalijeme usmaženou zeleninu vařící osolenou vodou, přidáme ocet s krví, celý pepř, nové koření, bobkový list, tymián, zázvor, citr. kůru, černé pivo a dobře povaříme. Pak přidáme strouhaný tmavý a světlý perník, zavařeninu a červenou jíšku, do které jsme zamíchaly při pražení tlučený cukr, a opět omáčku povaříme. Pak ji procedíme, přidáme do ní podle chuti citronové šťávy nebo octa a cukru, suché švestky a kapra, kterého povaříme v omáčce asi 15—20 minut, načež přidáme do omáčky rozkrájená jádra z vlašských ořechů, očištěné hrozinky a spařené, na nudličky nakrájené mandle. Pro chuť můžeme též do omáčky přidati několik lžic červeného vína. Takto upraveného kapra dáme do studena do druhého dne. Druhý den jej dáme na mírný oheň prohřáti, načež jej urovnáme na ohřátou mísu, polijeme omáčkou a podáváme k němu dobrý knedlík.

Rozpočet pro 5 osob: 1—$1^1/_2$ *kg* kapra - $^1/_8$ *l* octa - 4 *dkg* másla - celer - mrkev - petržel - 5 *dkg* cibule - 6 zrnek pepře - 2 nov. koření - malý bobkový list - malý proutek tymiánu - 2 *cm*² citr. kůry - kousek zázvoru - sůl - $^1/_4$ *l* černého piva - 4 *dkg* tmavého perníku - 4 *dkg* světlého perníku - 5 *dkg* rybízové zavařeniny - 2 *dkg* šípkové zavařeniny - jíška ze 3 *dkg* másla - 3 *dkg* mouky a 1 *dkg* cukru - 3 *dkg* ořechů - 5 suchých švestek - 2 *dkg* mandlí a 3 *dkg* hrozinek - citronová šťáva podle chuti - 2 lžíce červeného vína.

Kapr na paprice.

Očištěného, vypraného kapra nakrájíme na porce a osolíme. V kastrole rozpálíme máslo, přidáme drobně nakrájenou cibulku, a když zarůžoví, přisypeme sladkou papriku, přidáme rajské jablíčko a chvíli dusíme. Pak přilijeme polévku z kostí neb jen vařící vodu, přidáme připraveného kapra a vše povaříme 15 minut. Povařenou rybu vyndáme, šťávu, ve které se ryba vařila, nalijeme do kyselé smetany s umíchanou moukou a dobře povaříme. Omáčku procedíme na rybu a ještě v omáčce 5 minut povaříme. Hotovou rybu upravíme na mísu a podáváme k ní omeletové nudle nebo vařené brambory.

Rozpočet pro 5 osob: $1^1/_2$ *kg* kapra - sůl - 10 *dkg* másla - 5 *dkg* cibule - ½ kávové lžičky papriky - 2 rajská jablíčka nebo 1 lžíce rajské pasty - $^1/_4$ *l* polévky - $^1/_4$ *l* kyselé smetany - 3 *dkg* mouky.

Kapr marinovaný.

Čerstvě zabitého hladkého kapra vykucháme, rozsekáme na 25 *dkg* těžké dílky, vypereme, otřeme utěrkou, osolíme, rozložíme na prkénko a dáme odpočívati 1½ hod. Pak rybu znovu osušíme, potřeme ji čerstvým olivovým olejem a rychle opečeme na roštu do červena. Při pečení rybu dvakrát obrátíme a vždy olejem nebo rozehřátým máslem potřeme. Nemáme-li rošt, dáme trochu oleje nebo rozehřátého másla do pánve a rybu opečeme do červena. Opečenou rybu dáme do porcelánové mísy bez hrnku a necháme vychladnouti. Zvlášť si připravíme marinádu takto: dobrý vinný ocet, sůl, v celku stroužek česneku, celý pepř, nové koření, oloupané cibulky šalotky, citronovou kůru bílého vnitřku zbavenou, hřebíček, bobkový list v hrnci povaříme a ještě horkou marinádu nalijeme na kapra. Jakmile vše vychladne, přidáme sekané kyselé okurky nebo kapary, nádobu převážeme papírem a ve studenu uložíme na 2 dny. Třetí den upravíme kapra na mísu, ozdobíme nakrájeným citronem a podáváme k němu čerstvý olej a citronovou šťávu.

Rozpočet pro 5 osob: 5 porcí (po 25 *dkg*) - sůl - ⅛ *l* oleje - 1 *l* vinného octa - 1 stroužek česneku - 5 zrnek pepře - 3 zrnka nov. koření - 2 hřebíčky - 1 bobkový list - 3 cm^2 citronové kůry - 2 cibulky - 1 *dkg* kaparů neb 1 malá kyselá okurka. *Na podávání:* 1 citron - 3 lžíce oleje.

Kapr na modro v rosolu.

Očištěného kapra (bez šupin) nakrájíme na kusy, hlavu zbavíme skřelí a rybu urovnáme do pekáče kůží dolů, načež ji polijeme vařícím osoleným octem, aby kůže zmodrala. Den před úpravou kapra uvaříme si v osolené vodě telecí a vepřovou nožičku a kůže do měkka. Druhý den do procezené, mastnoty zbavené polévky přidáme ocet z kapra, sůl, na plátky nakrájenou kořenovou zeleninu, cibuli, celý pepř, nové koření, bobkový list, proutek tymiánu, vše povaříme, pak vložíme kapra do marinády zamodralou stranou dolů a uvaříme ho do měkka (20—25 minut). V odvaru necháme kapra prochladnouti, načež jej opatrně vyndáme a složíme do většího pekáče. Odvar, ve kterém se kapr vařil, procedíme, zamícháme do něho lístky želatiny a rozšlehané bílky, dáme na plotnu a stále šlehajíce přivedeme jej do varu. Pak jej hned odstavíme, dáme na okraj trouby. Po ¼ hod. rosol (aspik) utěrkou procedíme, čistý nalijeme na kapra a dáme ztuhnouti do studena. Pak kapra s rosolem urovnáme na mísu, ozdobíme jej sekaným aspikem (rosolem), citronem, různě vykrájenou zeleninou a kadeřavou zelenou petrželkou.

Také celého pstruha, štiku a úhoře takto upravíme. (Ovšem, se staršího úhoře musíme stáhnouti kůži.) Také můžeme kapra v celku uvařiti, rosolem políti a podati na stůl se smetanovou majonézou.

Rozpočet pro 5 osob: 1½ *kg* hladkého kapra (koženáč) - sůl - ¼ *l* octa - 1 telecí noha - 1 malá vepřová noha - 15 *dkg* vepřových kůží - 1 kořen petržele - 1 kořen mrkve - ½ menšího celeru - 10 *dkg* cibule - 8 zrnek pepře - 4 zrnka nov. koření - malý bobkový list - proutek tymiánu - 4 lístky želatiny - 2 bílky - 1 citron - zelená petržel.

Lín na kmíně.

Očištěné líny polijeme vařící vodou a zbavíme šupin. Pak líny vykucháme, osolíme, okmínujeme a obalíme moukou. V pekáči rozpálíme čerstvé máslo, připravené líny s kmínem do něho vložíme a v troubě je upečeme na obou stranách do červena. Při pečení je zalijeme trochu vodou. Pečené líny dáme na mísu, šťávou polijeme a podáváme k nim vařené brambory.

Rozpočet pro 5 osob: 1 ¼ *kg* línů - sůl - ½ lžičky kmínu - 5 *dkg* mouky - 10 *dkg* másla - 2 lžíce vody.

Parma pečená s omáčkou.

Očištěnou, vykuchanou, oškrabanou rybu vypereme, nakrájíme na dílky, osolíme, pokapeme citronovou šťávou a dáme odležeti 15 minut. Před úpravou dílky osušíme, potřeme dobře rozehřátým máslem, namočíme v rozšlehaných vejcích, obalíme ve strouhané žemli a v rozpáleném másle upečeme na obou stranách do červena. Hotovou rybu složíme na mísu, ozdobíme zelenou kadeřavou petrželkou a podáváme k ní studenou máslovou omáčku. *Omáčka:* Z másla a mouky upražíme bílou jíšku, zředíme polévkou z hovězích kostí na zahoustlou omáčku a necháme vychladnouti. V čistém kastrolku zpěníme čajové máslo, poté do másla stále míchajíce přikapeme citronovou šťávu, připravenou omáčku, bílý tlučený pepř, žloutky, s máslem utřenou sardeli a sekanou zelenou petržel. Dobře umíchanou studenou omáčku podáváme k pečené parmě.

Rozpočet pro 5 osob: 1 ½ *kg* parmy - sůl - ½ citronu - 8 *dkg* másla - 3 menší vejce - 20 *dkg* žemle - 15 *dkg* másla (převařeného) - zelená petržel. - *Omáčka:* 3 *dkg* másla - 3 *dkg* mouky - ½ *l* polévky z kostí - 12 *dkg* čajového másla - ze 2 citronů šťáva - na špičku nože tluč. bílého pepře - 2 žloutky - 1 sardel - 1 *dkg* másla - ¼ kávové lžičky sekané zelené petržele.

Okoun pstruhový s máslem.

Očištěné, šupin zbavené okouny dáme do kastrolu. V hrnci povaříme vodu, ocet, sůl, zeleninu, cibuli a celý pepř. Vařící tekutinu procedíme a nalijeme na ryby a necháme je na okraji plotny na mírném ohni 5—10 minut vařiti. Vařiti prudce se nesmějí, neboť se rozvaří. Hotové, dobře odkapané ryby položíme na mísu, polijeme rozškvařeným máslem a podáváme.

Rozpočet pro 5 osob: 1 *kg* okounů - 1 ½ *l* vody - ¼ *l* octa nebo vína - 5 *dkg* kořenové mrkve a petržele - 1 lžíce soli - 3 *dkg* cibule - 5 zrnek pepře - 10 *dkg* másla na polití. K vařeným okounům můžeme podávati též holandskou omáčku.

Okoun pstruhový na rožni.

Vyčištěné okouny opereme, osolíme a bílým pepřem opepříme. Potřeme je olejem a zvolna je upečeme na rožni. Nemáme-li rožeň, pečeme okouny na ocelové pánvi v troubě. Při pečení, které trvá 15 minut, potíráme okouny olejem. Pečené okouny upravíme na mísu a

podáváme k nim v omáčníku šalotkovou omáčku. *Šalotková omáčka:* v hrnečku utřeme čerstvé máslo s moukou, přilijeme do něho vařící vodu a dobře vše rozmícháme. Nato přidáme do omáčky žloutky, několik kapek citronové šťávy a sladkou smetanu. Omáčku zahříváme na mírném ohni, dokud se nezačne vařiti. Pak ji ihned nalijeme do bílého vína, povařeného s jemně usekanou cibulkou šalotkou. Omáčku s vínem dáme přejíti varem, načež do ní přidáme po kouskách čerstvé čajové máslo a podle chuti citronové šťávy. Ihned odstavíme, nalijeme do omáčníku a podáváme k rybám.

Rozpočet pro 5 osob: 1 *kg* pstruhových okounů - sůl - pepř - ⅛ *l* oleje. - *Omáčka:* 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky - 15 lžic vařící vody - 2 žloutky - z ½ citronu šťáva - 3 lžíce sladké smetany - 10 lžic vína - 3 *dkg* cibulky šalotky - 6 *dkg* másla.

Okoun pstruhový na víně.

Očištěné, šupin zbavené okouny otřeme utěrkou, osolíme, opepříme bílým pepřem, posypeme jemně sekanou zelenou petrželkou, jemně usekanou cibulkou, pokropíme je citronovou šťávou a necháme rozložené na prkénku ¾ hodiny uležeti. Poté si na pánvi rozpálíme máslo, připravené okouny do něho vložíme a 3 minuty dusíme, načež přilijeme bílé víno a dusíme ještě 8—12 minut. Upečené okouny vyndáme na teplou mísu do šťávy, v níž se pekli, přidáme ještě kousek čerstvého másla a sekanou petrželku, necháme přejíti var, ihned nalijeme na okouny, ke kterým podáváme vařené, máslem maštěné brambory.

Rozpočet pro 5 osob: 1 *kg* okounů - sůl - 5 zrnek tlučeného pepře - 1 kávová lžička zelené petrželky - 3 *dkg* cibulky - ½ citronu - 10 *dkg* másla - ¼ *l* bílého vína - 2 *dkg* másla - ¼ kávové lžičky zelené petrželky.

Štika na smetaně.

Oškrábanou, vykuchanou, vypranou štiku nůžkami zbavíme skřelí a osolíme ji. Na pekáči na rozpuštěném másle si usmažíme na plátky nakrájenou cibuli, na to položíme štiku, potřeme ji sardelovým máslem a obložíme bobkovým listem, citronovou kůrou a dáme do trouby péci asi 10 minut. Pak ji obrátíme, potřeme sardelovým máslem, podlijeme kyselou smetanou, povrchu ji posypeme strouhanou houskou a pečeme asi 15 minut. Pak upravíme na mísu štiku v celku nebo ji nakrájíme. Do omáčky přidáme ještě trochu smetany, ve které jsme umíchaly žloutek, a procedíme ji na štiku. Taktéž můžeme do omáčky zamíchati při pečení sekané kapary. K rybě podáváme malé vařené bramborky.

Kapra můžeme připraviti zrovna tak.

Rozpočet pro 5 osob: 1½ *kg* štiky - sůl - 8 *dkg* másla - 5 *dkg* cibule - 5 pepřů - 1 bobkový list - 3 cm^2 citronové kůry - 5 *dkg* másla - 2 sardele - ¼ *l* kyselé smetany - 3 *dkg* housky - $^1/_{16}$ *l* kyselé smetany - 1 žloutek - ½ *dkg* kaparů.

Štika vařená s máslem.

Čerstvou zabitou mladou štiku, která jest na hřbetě zelenavá, opatrně vykucháme, vypereme, nůžkami vystříháme z hlavy skřelí a

osolíme. Na ryby v celku vařené používáme zvláštní vaničky s dírkovanou vložkou. Připravenou štiku přivážeme na vložku tak, jako když plave. Do vaničky na ryby nalijeme vodu, ocet, osolíme, přidáme kousek čerstvého másla, kořenovou zeleninu, zelenou petržel, několik zrnek pepře a dobře povaříme. Do vařícího odvaru vložíme přivázanou štiku, nádobu odstavíme na mírný oheň a zvolna vaříme 15 až 20 minut. Pozor, aby se štika nerozvařila! Vařenou štiku dáme dobře odkapati, položíme ji na dlouhou mísu, polijeme rozpáleným máslem, ozdobíme malými brambory, tyto polijeme také máslem a posypeme sekanou zelenou petrželkou. Do tlamy štiky dáme kolečko citronu. Ke štice podáváme v malé nádobce dobře rozškvařené máslo. Nemáme-li vaničku, uvaříme štiku zabalenou v čistém organtinu ve velkém pekáči. Mezi vařením ji musíme v pekáči opatrně obrátiti.

Rozpočet pro 5 osob: 1½ *kg* štiky - sůl - 2 *l* vody - ½ *l* octa - 8 *dkg* mrkve, petržele a celeru - zelená petrželka - 4 *dkg* másla na vaření - 5 zrnek pepře - 10 *dkg* másla na polití - 1 *kg* malých brambor - sůl - zelená petržel - citron.

Štika pečená na másle.

Očištěnou (zbavenou šupin) vykuchanou štiku dobře vypereme, osušíme, osolíme a pokapeme citronovou šťávou. Pak štiku na hřbetě ostrým nožem několikrát nařízneme a do těchto řezů vložíme nakrájené plátky citronu. V pekáči si rozehřejeme máslo, štiku do něho vložíme a za pilného potírání máslem štiku upečeme. Pečenou štiku opatrně postavíme na mísu tak, jako když plave, posypeme ji sekanou zelenou petrželkou, obložíme smaženými brambory a podáváme k ní rozpálené máslo.

Rozpočet pro 5 osob: 1½ *kg* štiky - sůl - 1 citron - 10 *dkg* másla - zelená petrželka - 5 *dkg* másla na podávání.

Štika na roštu.

Očištěnou, šupin zbavenou štiku vypereme, nakrájíme na dílky a osolenou dáme do studena 1 hod. uležeti. Odležělé dílky štiky potřeme olejem a na roštu nebo na velké pánvi na otevřeném plameni je opečeme. Pak dáme pánev s rybou do trouby a upečeme ji hodně do červena na obou stranách. Při opékání a pečení v troubě potíráme štiku často olejem. Podáváme k ní bramborový salát s majonézou. Tímto způsobem připravujeme kapra, candáta a úhoře.

Rozpočet pro 5 osob: 1½ *kg* štiky - sůl - ⅛ *l* oleje.

Candát.

Candáta očistíme jako štiku a osolíme jej. Pak jej přivážeme na vložku k tomu určenou, se kterou ho dáme do vaničky na ryby, nalijeme na něj studenou, osolenou vodu, přidáme na plátky nakrájenou kořenovou zeleninu, cibuli, několik zrnek pepře, ocet, kousek másla a dáme na plotnu. Jak se začne vařit, odstavíme jej na okraj plotny a tak necháme asi ½ hod. (Nesmí se již vařiti.) Pak candáta opatrně vyndáme, položíme na dlouhou mísu, potřeme rozpuštěným máslem,

ozdobíme vařenými rohlíčky (bramborami) a zelenou petrželkou. K němu podáváme v omáčníku dobré, rozškvařené máslo nebo holandskou omáčku (viz omáčky). Podáváme-li candáta studeného, necháme jej v tekutině vychladnouti do druhého dne. Pak jej položíme na mísu, ozdobíme majonézou (viz Omáčky), kolem ryby dáme sekaný aspik, vařené vejce, citronové košíčky, máslové květinky, zelenou petržel a pod.

Rozpočet pro 5 osob: na 2 *kg* candáta - sůl - 1 mrkev - ½ celeru - 1 petržel - 5 *dkg* cibule - 2 lžíce vinného octa - 5 zrnek pepře - 4 *dkg* másla do vody - 15 *dkg* másla.

Candát pečený.

Očištěného candáta rychle vypereme, osušíme, na hřbetě nařízneme, osolíme, pokapeme citronovou šťávou a dáme 10 minut ležeti. Mezitím si na pekáči rozpálíme máslo, candáta do něho vložíme a pečeme 25 minut. Při pečení zalijeme jen málo vodou. Upečeného candáta opatrně dáme na mísu, polijeme šťávou, ve které se pekl, ozdobíme nakrájeným citronem, petrželkou a brambory.

Rozpočet pro 5 osob: 2 *kg* candáta - sůl - 1 citron - 15 *dkg* másla - 3 lžíce vody. - *Na ozdobu:* citron a zelená petržel.

Candát na rožni.

Vyčištěného, oškrabaného candáta rozkrájíme na 4 *cm* silné kousky, osolíme, opepříme, upravíme na rožeň, potřeme máslem neb olejem a pečeme na otevřeném ohni; při opékání pokapeme rybu občas citronovou šťávou. Když jsou kousky ryby dokola do červena propečeny, urovnáme je na podélnou rybí mísu, ozdobíme citronem na kolečka nakrájeným, zelenou petrželkou a podáváme k rybě omáčku tatarskou a smažené lupínky brambor. Nemáme-li rožeň, opečeme rybu na pánvi, kterou postavíme na otevřený plynový plamen. Pozor, aby se ryba nezakouřila.

Rozpočet pro 5 osob: 1 ½ *kg* masa candáta - sůl - tlučený bílý pepř - 10 *dkg* másla neb 8 *dkg* oleje - z 1 citronu šťáva. - *Na ozdobu:* 1 citron - zelená petržel.

Candát s francouzskou omáčkou.

Očištěného, vykuchaného candáta rozpůlíme, zbavíme páteře a kůže a nakrájíme na tenké plátky. V kastrole rozehřejeme máslo, připravené candátové plátky do něho vložíme, pokapeme citronovou šťávou, osolíme, zalijeme trochu vodou a na mírném ohni udusíme do měkka (8—10 minut). Zvlášť si připravíme francouzskou omáčku takto: z másla, mouky, strouhané cibulky upravíme na ohni bílou jíšku, zředíme ji mlékem na zahoustlou omáčku a povaříme. Pak zamícháme do omáčky žloutky, trochu soli, strouhaný parmezánský sýr a plátky dušeného candáta. Ohnivzdorný kastrol vymažeme máslem, candáta s omáčkou do něho nalijeme, povrchu jej posypeme ještě strouhaným parmezánským sýrem, pokapeme máslem a v troubě zapečeme do červena. Candáta podáváme v nádobě, ve které se pekl.

Rozpočet pro 5 osob: 1 ½ *kg* candáta - 8 *dkg* másla - z ½ citronu šťáva - sůl - 4 lžíce vody. - *Na omáčku:* 3 *dkg* másla - 3 *dkg* mouky - 1 *dkg* cibule - ¼ *l* mléka - tluč. bílý pepř - 5 žloutků - na špičku nože soli - 4 *dkg* parmezánského sýra - 2 *dkg* másla na kastrol - 1 *dkg* parmezánu - 1 *dkg* másla.

Losos studený.

Nejchutnější jest losos v dubnu a nejjemnější maso má losos rýnský. Lososa nakrájíme na 5 *cm* široké kusy, pak jej oškrábeme a ssedlou krev dobře vypereme, načež jej pokapeme citronovou šťávou. Do kastrolu nebo do vaničky na rybu dáme tvrdou vodu, bílé víno, ocet, máslo, sůl a vše povaříme. Pak tam přidáme celý pepř, nakrájenou cibuli, zeleninu, lososa a vaříme jej zvolna na okraji plotny 8—10 minut; v odvaru jej necháme ve studenu do druhého dne. Pak jej vyndáme, necháme okapati, načež z něho stáhneme kůži, kostičky opatrně vyndáme a napříč nakrájíme tenké plátky, urovnáme je na misu, ozdobíme aspikem, citronem a kaviárem a podáváme k němu smetanovou majonézu neb francouzskou majonézu. (Viz Omáčky.) Nemáme-li vaničku, vaříme jej v organtinu.

Rozpočet pro 10 osob: na 2 *kg* lososa - 1 ½ *l* vody - ½ *l* vína - ¼ *l* vinného octa - sůl - z ½ citronu šťáva - 5 zrnek pepře - 3 *dkg* másla - 6 *dkg* cibule - 5 *dkg* nakrájené zeleniny.

Lososí řezy v aspiku.

Čerstvého, syrového, vykuchaného, očištěného labského nebo rýnského lososa dáme na prkénko a potřeme citronovou šťávou. Do vaničky na ryby nebo kastrolu nalijeme vodu, bílé víno, vinný ocet, citronovou šťávu, přidáme celý pepř, nové koření, bobkový list, v celku oloupanou cibuli, zelenou petrželku a vše povaříme 15 minut. Do povařeného odvaru vložíme lososa a jakmile se začne vařiti, odstavíme nádobu s rybou na okraj plotny a necháme 8—10 minut. (Vařiti se již ryba nesmí!) S odvarem dáme lososa vychladnouti. Poté jej vyndáme, kůži stáhneme, kosti opatrně vyndáme, maso zabalíme do utěrky zvlhčené odvarem a dáme zatím na led ztuhnouti. Na dlouhou rybí mísu nalijeme 1 *cm* vysoko tekutého aspiku a dáme jej do studena nebo na led utuhnouti. Lososa nakrájíme na 2 *cm* silné řezy, složíme je pěkně po délce na tuhý aspik, načež je polijeme stejnoměrně studeným, tekutým aspikem a opět dáme utuhnouti. Před podáváním ozdobíme řezy drobně sekaným aspikem, lístky hlávkového salátu, neb jen zelenou petrželkou a nakrájeným citronem.

Rozpočet pro 5 osob: 1 ¼ *kg* lososa - sůl - 1 citron - 1 ¼ *l* vody - 6 lžic vína - 6 lžic octa - 2 lžíce citronové šťávy - 5 zrnek pepře - 3 zrnka nového koření - 1 bobkový list - 5 *dkg* cibule - 3 větvičky petrželky - 1 ¼ *l* aspiku (viz aspik). *Na zdobení:* ¼ *kg* aspiku - citron - zelená petrželka anebo ½ hlávky salátu.

Losos na lasturách.

Zbytky vařeného lososa nakrájíme na kostečky, pokapeme citronovou šťávou, osolíme, opepříme a zamícháme je do francouzské majonézy. Čisté lastury naplníme připraveným lososem, pěkně lehce

urovnáme, doprostřed lasturek dáme plátek z vejce vařeného na tvrdo, po stranách vajíčka položíme vždy masíčko z vařených říčních nebo mořských ráčků, na vajíčko upravíme malounko kaviáru. Lastury upravíme na mísu papírovou krajkou vyloženou, ozdobíme ještě nakrájeným citronem, kadeřavou petrželkou a podáváme. *Majonéza:* V porculánové míse umícháme čerstvé žloutky se solí, potom stále nepřetržitě míchajíce metlou přikapáváme čerstvý olej tak dlouho, až se nám majonéza spojuje do hrudky. Do vzniklé hrudky stále míchajíce přikapeme citronovou šťávu a opět přikapáváme olej tak dlouho, až nám majonéza opět zhoustne. Poté ji míchajíce okyselíme vinným octem, opepříme bílým pepřem, přidáme cukr, anglickou omáčku a jemnou hořčici. Do takto upravené majonézy zamícháme připraveného lososa.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* vařeného lososa - sůl - ½ citronu - tlučený bílý pepř. - *Na ozdobu:* 2 vejce - 10 ráčků - 1 *dkg* kaviáru - 1 citron - zelená petržel - 10 prázdných lasturek. - *Rozpočet majonézy:* 3 žloutky - na špičku nože soli - ⅜ *l* oleje - z ½ citronu šťávy - 3 lžíce vinného octa - 8 zrnek tluč. bílého pepře - na špičku nože cukru - 3 kapky anglické omáčky - ½ kávové lžíce hořčice.

Pečený úhoř.

Úhoře zabalíme do suché utěrky a uhodíme jím hlavou o hranu stolu, pak zavěsíme motouzem ovázanou hlavu na háček, kůži kolem hrdla dokola ořízneme, načež ji stáhneme směrem k ocasní ploutvi. (Příliš mladé úhoře nestahujeme.) Pak jej opatrně za hlavou rozřízneme, abychom nerozřízly žluč, která leží těsně za hlavou. Úhoře vytřeme solí, řádně vypereme, hlavu, která již není k potřebě, ocas a ploutve uřízneme. Čistého úhoře nakrájíme a posypeme šalvějí. Na kastrole rozehřejeme si máslo, do něho dáme úhoře a pečeme ho 10—15 minut. (Mezi pečením jej pokapeme citronovou šťávou a podlijeme polévkou.) Pak jej posypeme strouhanou houskou a zapečeme 3 minuty. Úhoře urovnáme na mísu a podáváme k němu dušenou některou zeleninu nebo holandskou omáčku (viz Omáčky).

Rozpočet pro 5 osob: na 1½ *kg* úhoře - sůl - na špičku nože šalvěje - 6 *dkg* másla - 2 lžíce citronové šťávy - 2 *dkg* strouhané housky.

Úhoř pečený na rožni.

Úhoře na rožni můžeme u nás péci v plynové nebo elektrické troubě, ve které jest rožeň upraven. Staženého připraveného úhoře vypereme, rozkrájíme na 4 *cm* velké kousky, osolíme, opepříme a napíchneme střídavě s žemlí nakrájenou na plátky 2 *cm* silné na rožňovou jehlu, upevněnou v dřevěném držátku. Takto upevněného úhoře, stále otáčejíce a potírajíce čerstvým rozpuštěným máslem, pečeme na rožni při mírném ohni, aby se ryba se žemlí nezakouřila, ale byla krásně do červena opečena. Kulatou mísu vyložíme opranými osušenými salátovými listy, úhoře se žemlí střídavě na ni složíme, ozdobíme zelenou petrželkou a podáváme. K takto upravenému úhoři můžeme podávat tatarskou omáčku a francouzské brambory.

Rozpočet pro 5 osob: 1½ *kg* úhoře - sůl - tlučený pepř - 10 *dkg* žemle - 10 *dkg* másla. *Na ozdobu:* 1 hlávkový salát - zelená petržel.

Uhoř pečený na pánvi.

Staženého připraveného úhoře, jak jest popsáno na str. 170, nakrájime na stejné špalíčky, osolíme, opepříme, obalíme v mouce a dáme péci do mělké pánve na rozpálené máslo. Mezi pečením pokapeme úhoře citronem, potíráme máslem a obracíme. Do červena upečeného úhoře upravíme na mísu, posypeme zelenou sekanou petrželkou, podlijeme čerstvým máslem, obložíme francouzskými brambory a podáváme.

Rozpočet pro 5 osob: 1 ½ *kg* úhoře - sůl - tlučený bílý pepř - 1 citron - 2 *dkg* mouky - celkem 10 *dkg* másla - zelená petržel.

Úhoř v rosolu.

Úplně mladé úhoře zabijeme a vykucháme tak, jak jest napsáno na str. 170, ale nestáhneme. Hlavy a ploutve odsekneme. Připravené ryby vypereme, nakrájíme na stejné kousky, rozložíme do pekáče a polijeme osoleným vařícím octem. V jiné nádobě dobře svaříme vodu, ocet, bílé víno, na kolečka nakrájenou očištěnou kořenovou zeleninu, mrkev, celer, petržel, cibuli, celý pepř, bobkový list, nové koření a sůl. Do povařeného odvaru vložíme připravené úhoře a zvolna vaříme 8—10 minut. V odvaru necháme úhoře vychladnouti. Poté úhoře vyndáme a urovnáme do hluboké mísy, odvar procedíme, přidáme lístky želatiny, trochu rozšlehaných bílků, podle chuti osolíme nebo přikyselíme, dáme znovu na plotnu a stále šlehajíce přivedeme k varu. Hned rosol odstavíme na okraj plotny a necháme klidně státi 20 minut. Čistou vlhkou utěrku upevníme na nohy obrácené židle, pod utěrku dáme mísu s úhořem, na utěrku nalijeme teplý rosol a necháme prokapati do mísy na rybu. Zalité úhoře dáme do hodně studena ztuhnouti. Po zrosolování upravíme úhoře na mísu, ozdobíme jej kadeřavou petrželkou a podáváme s nakrájeným citronem.

Rozpočet pro 5 osob: 1 ½ *kg* úhoře - ⅛ *l* oc'a - sůl - *Na odvar:* 1 *l* vody - $^{3}/_{16}$ *l* octa - $^{3}/_{16}$ *l* bílého vína - 8 *dkg* zeleniny - 4 *dkg* cibule - 5 zrnek pepře - 2 zrnka nového koření - 1 bobkový list - sůl - 12 lís.ků želatiny - 3 bílky. - *Na ozdobu:* 1 citron - zelená petržel.

Marinovaný úhoř po italsku.

Očištěného, vykuchaného úhoře nakrájíme, osolíme, opepříme a dáme uležeti na ¼ hodiny. Na pánvi si rozehřejeme olej, do toho klademe pomoučeného úhoře a usmažíme jej jako řízky do měkka a červena. Na dno hliněného hrnce dáme na plátky nakrájený citron (bez jader), celý pepř, nakrájenou cibuli, úhoře a pak opět citron, pepř a cibuli atd. Navrch musí býti cibule. Pak vše zalijeme vinným octem, olejem ze smažení a silnou čistou hovězí polévkou a dáme uležeti na 2 dny. Pak jej podáváme. Tímto způsobem se marinují kapr i slanečci.

Rozpočet: na 1 *kg* úhoře - sůl - 3 zrnka tlučeného pepře - 2 *dkg* mouky - 8 *dkg* oleje - 1 citron - 6 pepřů - 6 *dkg* cibule - ¼ *l* octa - ⅛ *l* polévky.

Pstruh na modro v rosolu.

Tuto rybu, která jest velmi chutná od března do května, upravujeme jako kapra na modro v rosolu, jen s tím rozdílem, že vykuchaného pstruha vaříme celého a podáváme k němu majonézu.

Vařený pstruh s máslem

Pstruha uvaříme jako candáta v osolené vodě se zeleninou (10 až 15 minut) a podáváme jej s rozehřátým máslem.

Rozpočet: na 1 *kg* pstruhů - sůl - ½ mrkve - ¼ celeru - ½ petržele - 2 *dkg* cibule - 1 lžíce octa - 3 zrnka pepře - 2 *dkg* másla do vody - 8 *dkg* másla na polití.

Pstruh v červeném víně.

Pstruhy očistíme, vykucháme, osolíme a ve studenu necháme ¾ hod. uležeti. Do kastrolu nalijeme červené přírodní víno, přidáme drobně nakrájenou cibuli, kousek citronové kůry, bobkový list a přivedeme k varu. Pak odstavíme nádobu s vínem na okraj plotny, pstruhy tam vložíme a vaříme 15 minut. Vařené vyndáme na mísu, procezeným vínem polijeme a podáváme k nim na másle do růžova opečené koláčky žemle.

Rozpočet pro 5 osob: 1 *kg* pstruhů - sůl - ½ *l* červeného burgundského vína - 3 *dkg* cibule - 1 bobkový list - 3 žemle - 5 *dkg* másla.

MOŘSKÉ RYBY.

Mořský jazyk.

Mořský jazyk dáme do slané vody s octem asi na 2 hodiny, aby se mořská rybí chuť odstranila. Pak uřízneme hlavičku, kůži stáhneme, rybu vykucháme, v mléce vypereme a osolíme. Na pekáči si rozehřejeme máslo, na dno dáme špejle, na ně rybu a pečeme v troubě 10—15 minut. Rybu dáme na mísu, kolem ní dáme malé vařené brambory nebo smažené brambůrky, citron a petržel. Podáváme k ní rozehřáté máslo nebo holandskou omáčku.

Rozpočet: na 1 rybu - ¼ *l* octa - sůl - ¼ *l* mléka - 4 *dkg* másla na pečení a 5 *dkg* másla k podávání.

Makrela smažená s tatarskou omáčkou.

Očištěné, oškrabané, vykuchané makrely opereme, otřeme utěrkou, pokapeme citronovou šťávou a necháme 10 minut uležeti. Poté je znova otřeme utěrkou, opepříme, obalíme v mouce, v rozšlehaných vejcích, strouhané jemné žemli a v rozpáleném sádle s lojem a olejem je usmažíme do zlatova. Usmažené odkapané makrely potřeme rozškvařeným čerstvým máslem, složíme na mísu, obložíme smaženými

bramborovými lupínky, zelenou petrželkou, nakrájeným citronem a podáváme k nim v omáčníku tatarskou omáčku nebo smetanovou majonézu. (Viz omáčky nebo majonézy.)

Rozpočet pro 5 osob: 5 makrel - sůl - 1 citron - 5 zrnek bílého tlučeného pepře - 6 *dkg* mouky - 3 vejce - 15 *dkg* strouhané žemle - ¼ *l* oleje nebo 25 *dkg* míchaného omastku - (t. j. 15 *dkg* sádla - 5 *dkg* škvař. loje - 5 *dkg* oleje) 3 *dkg* čerstvého másla na hotové ryby - zelená petržel - 1 citron.

Makrela se smetanou.

Očištěné, oškrabané, vykuchané makrely opereme, osolíme a pokapeme citronovou šťávou. Na kastrole usmažíme do bledě růžova drobně nakrájenou cibulku, poté do ní přidáme sladkou papriku, lžičku pasty z rajských jablíček nebo prolisovaná čerstvá rajská jablíčka, přilijeme trochu polévky z hovězích kostí a povaříme. Poté vložíme do omáčky připravené osušené ryby a dáme do trouby na 10 minut péci. V kyselé smetaně rozmícháme mouku, citronovou šťávu a stále míchajíce přilijeme do ní trochu omáčky z ryb. Takto ohřátou smetanu nalijeme na ryby a v troubě vše necháme ještě 15 minut péci. Hotové ryby položíme na mísu, obložíme vařenými brambory a citronem. Procezenou omáčku podáváme v omáčníku.

Rozpočet pro 5 osob: 5 makrel - sůl - ¼ citronu - 12 *dkg* másla - 5 *dkg* cibule - ½ kávové lžičky sladké papriky - 1 kávová lžička rajského protlaku - ½ *l* hovězí polévky - ¼ *l* husté kyselé smetany - 3 *dkg* mouky - z ½ citronu šťáva - 1 *kg* brambor. *Na ozdobu:* - citron

Sleď na rošti.

Čerstvé sledě řádně vyčistíme, oškrabeme, vypereme a osolíme. Nato je dáme na 1 hodinu máčeti do citronové vody. Odleželé ryby osušíme, pak je potřeme olejem, dáme na rošt na otevřený plamen a zvolna pečeme. Při pečení ryby obracíme a potíráme občas olejem. Opečené ryby s roštu dáme na hlubší ocelovou (černou) pánev, v troubě je dopečeme potírajíce olejem nebo rozškvařeným máslem. Pečené sledě dáme na mísu k jedné straně, na druhý konec mísy upravíme smažené bramborové lupínky a podáváme k nim zvlášť v omáčníku holandskou omáčku. Upečené sledě podáváme též jen máslem polité s vařenými brambory nebo bramborovým salátem.

Rozpočet pro 5 osob: 1 *kg* čerstvých sleďů - sůl - 1 citron - 6 lžic olivového oleje - 5 *dkg* másla.

Smažený slaneček.

Slanečka namočíme na ½ hodiny do zředěného mléka. Pak s něho kůži stáhneme, vnitřnosti a kosti vyndáme, slanečka vypereme a nakrájíme na úhledné kousky. Zatím si z mouky, mléka a vajíčka (*bez soli*) připravíme tužší těsto nežli na kapání, každý kousek těstem obalíme, hned vložíme do rozpáleného tuku a usmažíme po obou stranách do růžova. Podáváme ho za tepla.

Rozpočet: 1 slaneček - ¼ *l* mléka. - *Na těstíčko:* 2 vejce - 4 lžíce mléka - 10—12 *dkg* mouky - 10 *dkg* sádla

Marinovaní slanečci I.

Mléčné slanečky namočíme do zředěného mléka na 6 hodin. Poté s nich stáhneme kůži, rozpůlíme je a zbavíme kostí. Mlíčí ze slanečků prolisujeme do mísy a stále míchajíce přikapeme olej, citronovou šťávu neb ocet. Podle chuti přikapeme kyselé smetany. Slanečky zatočíme, složíme vrstevnatě do porcelánové mísy s cibulí nakrájenou na kolečka, kořenovou zeleninou nakrájenou na nudličky, celým pepřem, novým kořením, bobkovým listem. Potom je polijeme utřeným mlíčím, nádobu převážeme papírem a uložíme do studena. Druhý den je podáváme. Chceme-li slanečky na delší dobu uchovati, přidáme smetanu až před podáváním.

Rozpočet na 3 slanečky: ⅛ *l* mléka - ⅛ *l* vody - mlíčí ze 3 slanečků - 3 lžíce stolního oleje - z 1 citronu šťáva nebo ⅛ *l* octa - 3 lžíce kyselé smetany - 4 *dkg* cibule - 6 *dkg* kořenové zeleniny (celer, mrkev, petržel) - 6 zrnek pepře - 3 zrnka nov. koření - 1 bobkový list.

Marinovaní slanečci II.

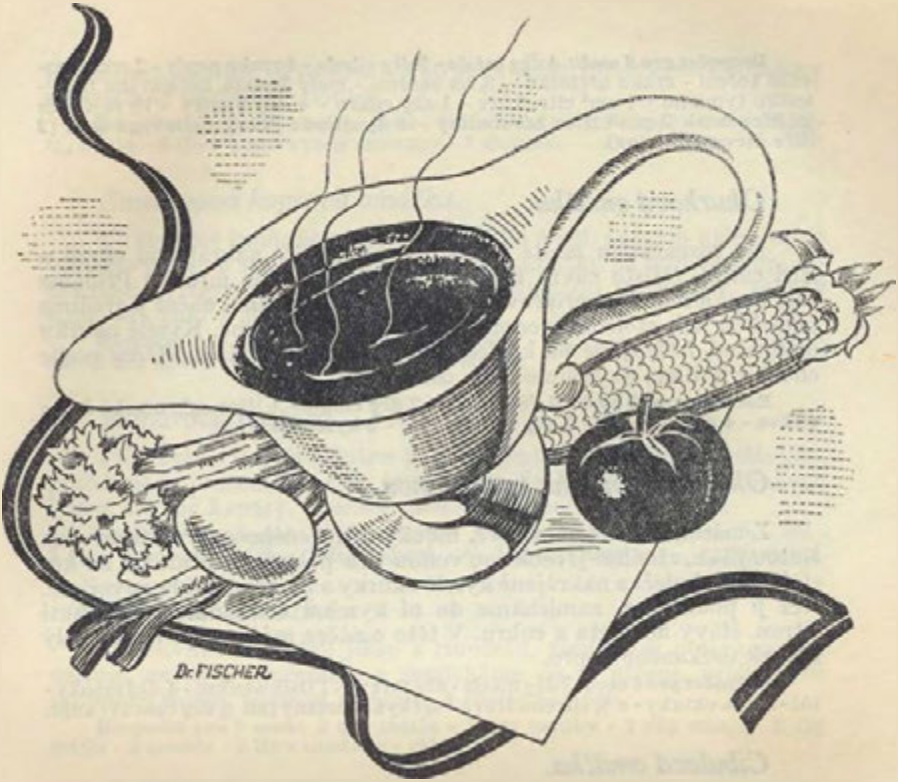
Slanečky upravíme jako v předešlém předpise, načež do prolisovaného mlíčí zamícháme olej, strouhanou cibulku, utlučený bobkový list, pepř, nové koření, přikapeme ocet a kyselou smetanu a vše dobře promícháme. Zatočené slanečky skládáme do porcelánové nádoby vrstevnatě, posypeme je na kostečky nakrájenými jablky a kyselými nakrájenými okurkami a polijeme je připravenou majonézou z mlíčí a smetany. Nádobu převážeme a uložíme do studena. Druhý den je podáváme.

Rozpočet na 3 slanečky: ¼ *l* mléka a ⅛ *l* vody na vyprání - ze 3 slanečků mlíčí - 3 lžíce oleje - 3 zrnka pepře - 2 zrnka nového koření - malý bobkový list - 3 *dkg* cibulky - ¼ *l* kyselé smetany - ⅛ *l* octa neb citronové šťávy - 2 jablka - 1 kyselá okurka.

Treska čerstvě vařená, s máslem.

Očištěnou, vykuchanou, oškrabanou tresku vymočíme v čerstvé vodě s citronem, kterou vícekráte vyměníme, pak rybu lehce otřeme a položíme na dírkovanou vložku a dáme do rybí vaničky. Zvlášť si povaříme ve vodě něco mrkve, celeru, cibule, celý pepř a sůl. Vařící odvar necháme vychladnouti, studený nalijeme do vaničky na tresku, přiklopíme a necháme jen přijíti do varu, poté odtáhneme nádobu na okraj plotny a přikrytou rybu necháme 10 minut klidně státi. Pak vaničku obrátíme a opět necháme 10 minut státi. Vařenou, dobře odkapanou tresku opatrně položíme na ohřátou mísu, svrchu ji potřeme rozehřátým máslem nebo olejem, aby se leskla, kolem ryby nebo jen na jednu stranu dáme vařené malé brambory rohlíčky máslem polité a sekanou petrželkou posypané. V omáčníku podáváme rozpálené máslo. Vaříme-li jen plátek (řízek) tresky, zalijeme jej ihned vařícím zeleninovým odvarem a povaříme jen 10 minut. Vařený řízek necháme rychle odkapati, polijeme rozškvařeným máslem, obložíme brambory a podáváme.

Rozpočet pro 5 osob: 1 *kg* tresky - 2 *l* vody - 8 *dkg* kořenové zeleniny (celer, mrkev) - 4 *dkg* cibule - 5 zrnek pepře : 1 lžíce soli - 12 *dkg* másla - 1 lžíce oleje. - *Na ozdobu:* zelená petržel.



VI. ÚPRAVA OMÁČEK

a) Teplé omáčky.

Omáčka z rajských jablíček.

Na rozehřátém másle si usmažíme do růžova na plátky nakrájenou cibuli, celý pepř, nové koření, skořici, bobkový list, tymián, hřebíček, v celku citronovou kůru a lžíci cukru. Když cibulka je růžová, nasypeme do ní mouku, kterou také necháme zežloutnouti, načež přidáme čerstvá nakrájená nebo naložená jablíčka nebo zavařeninu, dobře promícháme a chvíli dusíme. Pak zalijeme polévkou neb osolenou vodou a dobře povaříme. Povařenou omáčku podle chuti okyselíme citronovou šťávou neb octem, osolíme nebo přisladíme, povaříme a procedíme. Do hotové omáčky můžeme přidati několik lžic červeného vína.

Rozpočet pro 5 osob: 4 *dkg* másla - 2 *dkg* cibule - 4 zrnka pepře - 2 zrnka nového koření - zrnko hřebíčku - ½ *cm* skořice - malý kousek bobkového listu - snítku tymiánu - 1 *cm²* citr. kůry - 1 *dkg* cukru - 4 *dkg* mouky - 10 rajských jablíček aneb 2 plné lžíce zavařeniny - z ½ citronu šťávy nebo 1/16 *l* octa (2 lžíce červeného vína).

Okurková omáčka.

Na rozehřátém másle usmažíme na plátky nakrájenou cibuli a lžíci cukru. (Místo cukru můžeme dáti strouhanou mrkev.) Přidáme celý pepř a mouku a připravíme si z toho žlutou jíšku, načež ji zředíme polévkou neb osolenou vodou, povaříme a procedíme. Kyselé okurky oloupáme, nakrájíme na kostečky, vložíme do omáčky, kterou podle chuti přisolíme, okyselíme nebo osladíme.

Rozpočet pro 5 osob: 2 *dkg* másla - 2 *dkg* cibule - 1 lžíce cukru nebo 3 *dkg* mrkve - 4 zrnka pepře - 4 *dkg* mouky - sůl - 2 kyselé okurky.

Okurková omáčka se smetanou.

Z másla, strouhané mrkve, mouky a tlučeného cukru připravíme žlutou jíšku, zředíme ji osolenou vodou neb polévkou, přidáme na kostečky neb kolečka nakrájené kyselé okurky a omáčku dobře povaříme. Než ji podáváme, zamícháme do ní kyselou smetanu, podle chuti citron. šťávy neb octa a cukru. V této omáčce můžeme povařiti malý kousek usekaného kopru.

Rozpočet pro 5 osob: 3 *dkg* másla - *dkg* mrkve - 1 lžičku cukru - 4 *dkg* mouky - sůl - 2 kys. okurky - z ½ citronu šťáva - ⅛ *l* kys. smetany (asi ½ *dkg* cukru) - kopr.

Cibulová omáčka.

Z másla a mouky si připravíme jíšku, přidáme do ní cibulku a jíšku upražíme do žluta. Pak ji zředíme polévkou neb osolenou vodou a dobře povaříme. Před podáváním ji opepříme.

Rozpočet pro 5 osob: 2½ *dkg* másla - 3 *dkg* mouky - 3 *dkg* cibule - sůl - 3 zrnka tluč. pepře.

Česneková omáčka.

Světležlutou jíšku zředíme polévkou a povaříme. Pak zamícháme do omáčky se solí utřený česnek a utlučený pepř.

Rovněž tak připravíme pórovou omáčku; pak ji procedíme a přidáme do ní sekaný pórek.

Rozpočet pro 5 osob: 2½ *dkg* másla - 3 *dkg* mouky - sůl - malý stroužek česneku - 3 zrnka pepře.

Koprová omáčka.

Z másla a mouky si připravíme světležlutou jíšku, zředíme ji polévkou a povaříme. Opraný, usekaný kopr do ní vložíme, podle chuti

ji osladíme, osolíme, okyselíme a před podáváním zamícháme do omáčky ve smetaně umíchaný žloutek.

Rozpočet pro 5 osob: 2 *dkg* másla - 3 *dkg* mouky - sůl - kopr - 1 *dkg* cukru - $^1/_{10}$ *l* octa - 3 lžíce husté kyselé smetany - 1 žloutek.

Smetanová koprová omáčka.

Ve studené smetaně umícháme mouku a sůl, načež ji nalijeme do vařícího mléka a stále míchajíce necháme omáčku na mírném ohni zahoustnouti. Omáčku okyselíme, přimícháme do ní opraný, sekaný kopr, sůl, cukr a žloutek.

Rozpočet pro 5 osob: ¼ *l* kyselé smetany - 3 *dkg* mouky - ¾ *l* mléka - sůl - 1 *dkg* cukru - 2 lžíce octa - kopr - 1 žloutek.

Kaparová omáčka.

Připravíme si světležlutou jíšku s cibulkou, zředíme ji polévkou, povaříme a procedíme. Pak zamícháme do omáčky sůl, citronovou šťávu, sekané kapary, kyselou smetanu a podle chuti cukru.

Rozpočet pro 5 osob: 2 *dkg* másla - 3 *dkg* mouky - 2 *dkg* cibule - sůl - 2 lžíce citronové šťávy - 1 *dkg* kaparů - $^1/_{10}$ *l* kyselé smetany - ½ *dkg* cukru.

Sardelová omáčka.

Připravíme si žlutou jíšku s cibulkou, zředíme ji polévkou, povaříme, načež ji procedíme a zamícháme do ní utřené, prolisované sardelové máslo, sladkou smetanu a malounko soli.

Rozpočet pro 5 osob: 2 *dkg* másla - 3 *dkg* mouky - 2 *dkg* cibule - 2 *dkg* másla - 2 sardele - 2 lžíce smetany - sůl.

Pažitková omáčka.

Žlutou jíšku zředíme polévkou, osolíme, povaříme, procedíme a zamícháme do ní jemně usekanou pažitku a tlučený pepř.

Rozpočet pro 5 osob: 3 *dkg* másla - 4 *dkg* mouky - sůl - 3 zrnka tlučeného pepře - pažitka.

Celerová omáčka.

Očištěný celer nakrájíme na kostečky a v másle udusíme do měkka. Pak na něj nasypeme mouku, kterou necháme zežloutnouti, zalijeme hovězí polévkou, přidáme bílé víno, cukr, sekanou pomerančovou kůru, tlučený pepř a omáčku dobře povaříme. Pak ji procedíme a zamícháme do ní kyselou smetanu.

Rozpočet pro 5 osob: ½ celeru - 3 *dkg* másla - 3 *dkg* mouky - 2 lžíce bílého vína - ½ *dkg* cukru - ½ *dkg* pomerančové kůry - 3 zrnka tluč. pepře - 2 lžíce kyselé smetany - sůl.

Houbová omáčka.

Malé čerstvé hříbky očistíme, lehce opereme, tence nakrájíme, načež je vložíme do kastrolu, ve kterém jsme usmažily na másle

drobně nakrájenou cibulku a sekanou zelenou petrželku. Po chvilce je zalijeme polévkou a udusíme do měkka. Z másla a mouky uděláme si světležlutou jíšku, zalijeme polévkou, načež ji přecedíme na udušené hříbky a ještě povaříme. Před podáváním omáčku opepříme a přidáme kyselou smetanu.

Rozpočet pro 5 osob: 15 *dkg* čerstvých hříbků nebo ½ *dkg* suchých - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* cibule - zelenou petržel - 3 *dkg* másla - 4 *dkg* mouky - sůl - pepř - 4 lžíce kyselé smetany. (Suché houby nejdříve uvaříme v mléce a pak usekané dusíme jako čerstvé.)

Máslová omáčka.

Z másla a mouky si upražíme světlou jíšku, zalijeme ji hovězí polévkou neb vodou ze zeleniny (na př. květáku — chřestu) a povaříme. Ve sladké smetaně umícháme žloutky a stále míchajíce, přilijeme povařenou omáčku. Umíchanou, dobře prohřátou omáčku podáváme ke špenátovým pokrmům (jako pudingu, nákypu) neb ji poléváme vařený chřest, květák a pod. Omáčku kořeníme tluč. květem.

Rozpočet pro 5 osob: 3 *dkg* másla - 3 *dkg* mouky - sůl - ⅛ *l* smetany - 2 žloutky - na špičku nože květu. Podle hustoty polévku neb zeleninový odvar.

Máslová křenová omáčka.

V hrnku umícháme se solí máslo a mouku, načež přidáme studenou hovězí polévku a znovu umícháme. Pak omáčku přistavíme na plotnu, povaříme, okořeníme tlučeným květem a před podáváním přidáme do omáčky strouhaný křen.

Rozpočet pro 5 osob: 3 *dkg* másla - sůl - 3 *dkg* mouky - 2 *dkg* křenu - na špičku nože květu.

Smetanová, mandlová, křenová omáčka.

Do vařící osolené smetany nalijeme studenou smetanu s umíchanou moukou a stále míchajíce ji povaříme. Pak zamícháme do omáčky cukr, strouhaný křen, drobně usekané, oloupané mandle a omáčku hned podáváme.

Rozpočet pro 5 osob: ½ *l* sladké smetany - sůl - $^{3}/_{16}$ *l* smetany - 3 *dkg* mouky - 3 *dkg* křenu - 2 *dkg* cukru - 1 *dkg* mandlí.

Šípková omáčka.

Do žluté máslové jíšky zamícháme šípkovou zavařeninu, zalijeme polévkou, povaříme, přidáme sůl, citronovou kůru i šťávu, bílé víno a omáčku procedíme. Také můžeme připraviti šípkovou omáčku jako omáčku z rajských jablíček.

Rozpočet pro 5 osob: 3 *dkg* másla - 3 *dkg* mouky - 5 *dkg* šípkové zavařeniny - 1 lžíce citronové šťávy - 1 *cm*² citronové kůry - 2 lžíce bílého vína - sůl.

Povidlová omáčka.

Z másla a mouky uděláme světležlutou jíšku, přidáme do ní oprané, uvařené, prolisované švestky, zalijeme vodou, okořeníme citron. kůrou, tlučenou skořicí, osolíme a před podáváním přidáme rum.

Rozpočet pro 5 osob: 2 *dkg* másla - 1 *dkg* mouky - 20 *dkg* suchých švestek - 2 *dkg* cukru - sůl - 1 cm^2 sekané citronové kůry - skořice - lžíce rumu.

Hořčicová omáčka.

Červenou jíšku s cibulkou a cukrem zalijeme polévkou a povaříme ½ hod., načež do omáčky zamícháme hořčici, citr. šťávu, procedíme ji a přidáme kyselou smetanu.

Rozpočet pro 5 osob: 2 *dkg* másla - 3 *dkg* mouky - 3 *dkg* cibulky - 1 *dkg* cukru - sůl - lžičku hořčice - lžičku citronové šťávy - 2 lžíce kyselé smetany.

Jaterní omáčka.

Na rozehřátém másle nebo slanině si usmažíme drobně nakrájenou cibulku a kmín, přidáme na nudličky nakrájená játra a dusíme je 15 minut. Pak je přidáme do polévkou zředěné, světležluté jíšky a ještě omáčku povaříme. Před podáváním ji procedíme, opepříme a osolíme. Takto připravujeme i omáčku ledvinkovou.

Rozpočet pro 5 osob: 2 *dkg* másla neb 2 *dkg* slaniny - 2 *dkg* cibule - kmín - 5 *dkg* hovězích neb telecích jater - 2 *dkg* másla - 3 *dkg* mouky - sůl - 2 zrnka tlučeného pepře.

Citronová omáčka k špenátovému závinu.

Světležlutou jíšku zředíme polévkou neb osolenou vodou a dobře umícháme. Pak omáčku povaříme, přidáme do ní jemně nakrájenou citronovou kůru a šťávu, cukru a soli. Omáčka musí býti pikantní.

Rozpočet pro 5 osob: 2 *dkg* másla - 3 *dkg* mouky - 1 citron - 1 *dkg* cukru - sůl.

b) Studené omáčky.

Kyselý křen s jablky.

Do vodou zředěného octa zamícháme polévkou politý strouhaný křen, přidáme strouhaná jablka a podle chuti cukru.

Rozpočet pro 5 osob: ¼ *l* vinného octa - voda - lžička polévky - 25 *dkg* jablek - 3 *dkg* cukru - 3 *dkg* křenu.

Jemná omáčka ke zvěřině.

Dobrou meruňkovou zavařeninu, naložené slazené brusinky (viz předpis str. 439), citronovou i pomerančovou šťávu, anglickou omáčku,

rum, tlučený cukr, malounko soli, dobré sladké červené víno dobře v mise umícháme. Potom omáčku opepříme bílým pepřem, přidáme hořčici, citronovou kůru, bílého vnitřku zbavenou, a na jemné nudličky nakrájenou, promícháme a omáčku podáváme ke zvěřině (na př. srnčí kýtě, hřbetu a pod.).

Rozpočet pro 5 osob: 15 *dkg* meruňkové zavařeniny - 12 *dkg* brusinek neb rybízové zavařeniny - z ½ citronu šťávy - na špičku nože jemné hořčice - z ½ pom. šťávy - 3 lžíce rumu - ⅛ *l* červeného vína - 3 až 5 *dkg* tluč. cukru - na špičku nože anglické omáčky (Worcester) - 4 zrnka tluč. bílého pepře - 2 *cm*² citronové kůry - malounko soli.

Tatarská omáčka.

V hluboké porcelánové míse smícháme čerstvé žloutky se solí, načež stále míchajíce metlou, přidáváme po kapkách olej tak dlouho, až nám žloutky ztuhnou a kolem metly se nám majonéza spojí do hrudky. Pak přikapeme citronovou šťávu a opět stále míchajíce přikapáváme olej. Do husté majonézy dáme tlučený bílý pepř, jemnou francouzskou hořčici, anglickou omáčku a kořennou směs. Je-li omáčka příliš hustá, zředíme ji studenou vodou. Vzniklou omáčku dobře promícháme a dáme na několik hodin k ledu.

Příprava kořenné směsi: utřenou, prolisovanou sardeli, strouhanou kyselou okurku, sekané kapary, strouhanou citronovou kůru, sekanou zelenou petrželku, strouhanou cibulku dobře smícháme a zamícháme do majonézy. Tatarskou omáčku podáváme k studeným masitým pokrmům.

Rozpočet pro 5 osob: 2 žloutky - sůl - 20—25 *dkg* stolního oleje - 1 menší citron - 5 zrnek tlučeného bílého pepře - kávová lžička jemné francouzské hořčice - 5 kapek anglické omáčky (Worcestershire, kterou koupíme u lahůdkáře) - 1 lžíce estragonového anebo dobrého vinného octa. — *Na směs:* 1 sardeli - 1 kyselou okurku - ½ *dkg* kaparů - 1 *dkg* cibule - 1 *cm*² citronové kůry - ½ kávové lžičky sekané zelené petrželky.

Hořčicová omáčka.

Vařené žloutky prolisujeme a promícháme se syrovým žloutkem. Pak po kapkách stále míchajíce přidáme stolní olej, lžíci hořčice, citronovou šťávu, očištěnou, jemně usekanou sardeli, cibuli a kapary, sůl, tlučený bílý pepř, podle chuti octa a několik kapek anglické omáčky. Umíchanou omáčku dáme na 2 hod. před podáváním do studena. Omáčku podáváme k studeným masitým pokrmům.

Rozpočet pro 5 osob: 2 na tvrdo uvař. žloutky - 1 syrový žloutek - ¼ *l* stolního oleje - lžíce hořčice - 1 sardel - z ½ citr. šťáva - sůl - tluč. pepř - 1 lžíce vinného octa - 5 kapek anglické omáčky (Worcestershire) - *dkg* cibule - ¼ *dkg* kaparů

Holandská omáčka.

V čisté hovězí neb rybí polévce (z hlavy kapra) rozmícháme žloutky, mouku, citronovou šťávu, sůl a bílý tlučený pepř. Hrnek dáme na plotnu do kastrolu s horkou vodou a pilně šleháme metlou, až je

omáčka teplá. Pak dále šlehajíce přidáváme po kouscích nakrájené čajové máslo. Omáčku šleháme, až vychladne.

Omáčku podáváme teplou, ale i studenou.

Rozpočet pro 5 osob: ⅛ *l* polévky - 4 žloutky - 1 *dkg* bramborové mouky - z ½ citronu šťávy - sůl - pepř - 10 *dkg* másla.

Francouzská majonéza I.

Porcelánovou mísu vypláchneme studenou vodou a dobře vytřeme. Do vychlazené mísy dáme čerstvé žloutky zbavené úplně bílků, posypeme je hned solí a metlou na sníh dobře utřeme. Potom přikapáváme, míchajíce stále metlou, čerstvý olivový olej tak dlouho, až se majonéza spojuje do hrudky. (Majonézu mícháme nepřetržitě.) Do vzniklé hrudky, stále míchajíce, přikapeme citronovou šťávu. Když je majonéza dobře rozetřená, přikapáváme olej opět tak dlouho, až se nám udělá znovu hrudka. Takto upravená majonéza jest základ ke všem olejovým majonézám.

Rozpočet pro 5 osob: 2 žloutky - sůl - 20—25 *dkg* čistého olivového oleje - ½ citronu.

Francouzská majonéza II.

Připravenou francouzskou majonézu I. stále míchajíce okyselíme vinným octem, opepříme bílým pepřem, přidáme na špičku nože cukru, Worcestrovu omáčku a jemnou francouzskou hořčici. Tuto majonézu upotřebíme na saláty (vlašský, zeleninový, bramborový aneb na sekané humry). Příprava humrové majonézy: z uvařeného humra upotřebíme jen maso z klepet a ocásku. Z ocásku odstraníme střívko a z klepet lopatkové kosti. Pak nakrájíme humrové maso na malé kousky, pokapeme je citronovou šťávou, anglickou omáčkou (Worcestershire sauce) a necháme 15 minut odstáti ve studenu. Poté humra osušíme v ubrousku a lehce zamícháme do připravené majonézy. Místo čerstvého humra může se k tomuto účelu použíti humr v konservě, se kterého slijeme vodu, ve které byl humr naložený. Očištěné maso nakrájíme, pokapeme citronovou šťávou, anglickou omáčkou (Worcestershire sauce) a dál postupujeme jako s čerstvým humrem.

Rozpočet pro 5 osob: 2 žloutky - sůl - 20—25 *dkg* olivového oleje - ½ citronu - 3 lžíce vinného octa - 8 zrnek tluč. bílého pepře - na špičku nože cukru ¼ kávové lžičky hořčice - na špičku nože angl. omáčky - 1 citron - maso z jednoho humra 1½ — 2 *kg* těžkého.

Majonéza z vařených žloutků na zdobení.

Z natvrdo uvařených vajec vyndáme žloutky a prolisujeme je. V porcelánové míse umícháme čajové máslo, přidáme prolisované žloutky, hotovou francouzskou majonézu I., citronovou šťávu, jemnou hořčici, sladkou papriku, podle chuti soli, bílého pepře a směs dobře promícháme. Hotovou majonézou plníme sáček neb kornout s hvězdičkovou trubičkou a zdobíme jí saláty, anebo plníme vajíčka a pod. Do majonézy můžeme zamíchati prolisované kapary a prolisované sardele.

Rozpočet pro 5 osob: 5 žloutků z uvař. vajec - 6 *dkg* čaj. másla - 1 lžíci hotové franc. majonézy I. - na špičku nože hořčice - 2 sardele - z ½ citr. šťávu - na špičku nože sladké papriky - bílý pepř a sůl.

Francouzská majonéza ze šlehané smetany.

Čerstvě ušlehanou smetanu (šlehačku) zamícháme do francouzské majonézy II. (str. 181) a opepříme. Do této majonézy můžeme zamíchati libovou, na kostky nakrájenou šunku, dříve pokapanou citronovou šťávou. Tuto majonézu podáváme též ke smaž. brzlíku, anebo k uvařenému chřestu.

Rozpočet pro 5 osob: 25 *dkg* franc. majonézy II. - 15 *dkg* šlehané smetany - 25 *dkg* šunky - 1 citron - 1 telecí větší brzlík aneb 50 *dkg* chřestu.

Studený smetanový křen.

Šlehanou smetanu ušleháme s cukrem, pak málo osolíme. Očištěný křen rozstrouháme, pokapeme octem a promícháme lehce s připravenou smetanou.

Takto upravený křen podáváme k nakrájené šunce neb hovězímu masu.

Rozpočet pro 5 osob: ¼ *l* šlehané smetany - 1 *dkg* tluč. cukru - 4 *dkg* křenu - na špičku nože soli - 1 lžíci octa.

Maltézská omáčka.

Připravíme si francouzskou majonézu II. str. 181. Potom do majonézy lehce vmícháme ušlehanou smetanu, jemně usekanou šunku, podle chuti přikapeme citronovou i pomerančovou šťávu, přisolíme, opepříme bílým pepřem, přidáme Worcestershire (t. j. anglickou omáčku) a málo tlučeného cukru. Promíchanou omáčku podáváme k vařenému chřestu nebo květáku.

Rozpočet pro 5 osob: 12 *dkg* francouzské majonézy II. - 10 *dkg* šlehané smetany - 10 *dkg* šunky - z ½ citronu šťávy - z ½ pomer. šťávy - sůl - 4 zrnka tlučeného pepře - na špičku nože anglické omáčky - na špičku nože cukru.

Rychlá majonéza.

Do kotlíku neb hluboké porcelánové mísy dáme aspik, žloutky, sůl, citronovou šťávu, ocet, olej, tlučený bílý pepř a vše metlou šleháme na ledě ¼ hod. Tato majonéza je velmi dobrá ke studenému kuřeti nebo pečením.

Rozpočet pro 5 osob: ⅛ *l* aspiku - 3 žloutky - sůl - z ½ citronu šťáva - 1 lžička octa - 4 lžíce tabulového oleje - 3 zrnka tlučeného pepře.

Máslová majonéza.

Do dobře utřeného zpěněného másla se solí přidáme žloutky, jeden po druhém, a mícháme 15 minut. Pak mísu postavíme k ledu a po kapkách bedlivě míchajíce přidáváme olej, citronovou šťávu,

estragonový ocet a na špičku nože tlučeného bílého pepře. Umíchanou majonézu necháme na ledě do upotřebení. Před podáváním zamícháme do ní hořčici. Hodí se na bramborový salát.

Rozpočet pro 5 osob: 10 *dkg* másla - sůl - 4 žloutky - ⅛ *l* oleje - z 1 citr. šťáva - 6 lžic estragonového neb vinného octa - 2 zrnka tluč. bílého pepře - ¼ kávové lžičky hořčice.

Majonéza z vařených žloutků.

Vařené, prolisované žloutky smícháme se syrovými žloutky, přidáme sůl a stále míchajíce přikapáváme olej. Když se majonéza spojuje do hroudy, okyselíme ji citronovou šťávou, octem a přidáme tlučený bílý pepř. Do hotové majonézy přidáme 2 lžíce ušlehané smetany.

Rozpočet pro 5 osob: 2 vařené žloutky - 2 syrové žloutky - sůl - ¼ litru oleje - z ½ citr. šťávy - 2 lžičky vinného aneb estragonového octa - 2 zrnka bílého tluč. pepře - 2 lžíce šlehané smetany.

Bramborová majonéza.

Uvařené oloupané brambory prolisujeme. Pak utřeme žloutky se solí, přidáme stále míchajíce olivový olej, brambory, ocet a pepř. Majonézu dobře utřeme a upotřebíme ji na saláty a různá masa.

Rozpočet pro 5 osob: 2 vařené brambory (20 *dkg*) - žloutky - sůl - 4 lžíce oleje - $^{1}/_{16}$ *l* octa - tlučený bílý pepř.

Bílá olejová majonéza.

Syrové žloutky rozmícháme se solí, načež přikapeme stále míchajíce čerstvý tabulový olej. Mícháme tak dlouho, až se nám majonéza spojuje do hroudy. Pak přikapeme citronovou šťávu a ještě stále míchajíce trochu oleje a jakmile opět zhoustne, přidáme estragonový neb vinný ocet, anglickou omáčku, francouzskou hořčici, tlučený bílý pepř, na špičku nože cukru a tekutý čistý aspik. Do umíchané majonézy lehce přidáme šlehanou smetanu. Majonézu dáme na misku neb do omáčníku a dáme asi na 2 hod. k ledu. Majonézu podáváme k masu, na saláty, ryby a pod.

Rozpočet pro 5 osob: 2 žloutky - sůl - 20 *dkg* olivového oleje - $^{1}/_{16}$ *l* estragonového octa - půl citronu - na špičku kávové lžičky anglické omáčky - ¼ lžičky hořčice - na špičku nože pepře a cukru - 2 lžíce aspiku - ¼ *l* šlehané smetany.

Olejová majonéza třená.

Syrové žloutky rozmícháme se solí, načež stále bedlivě míchajíce přikapáváme dobrý tabulový olej, až zhoustne. Umíchanou majonézu okyselíme citronovou šťávou, přikapeme stále míchajíce znovu olej, načež přidáme ocet, francouzskou hořčici, anglickou omáčku a bílý tlučený pepř. Tuto majonézu upotřebíme na vlašský salát.

Rozpočet pro 5—10 osob: 2 žloutky - sůl - 20 *dkg* tab. oleje - z ½ citronu šťávy - 2 lžíce estragonového octa - ¼ kávové lžičky hořčice - 4 zrnka bílého pepře - na špičku nože anglické omáčky.

Smetanová majonéza.

V menším porcelánovém hrnci dobře rozmícháme: nemastnou hovězí polévku, rozehřátý, studený aspik, žloutky, citronovou šťávu, hořčici, máslo, sůl a tlučený bílý pepř. Hrnek postavíme do kastrolu s vařící vodou a majonézou mícháme, až zhoustne. Pak ji mícháme do vychladnutí ve studené vodě. Úplně studenou majonézu okyselíme buď octem nebo citronovou šťávou a zlehka do ní zamícháme ušlehanou smetanu.

Rozpočet pro 5—10 osob: 8 lžic nemastné hov. polévky - 5 lžic aspiku - 5 žloutků - z ½ citronu šťáva - ¼ kávové lžičky hořčice - 4 *dkg* másla - 1 lžíce vinného nebo estragonového octa - ⅛ *l* šlehané smetany - sůl - tluč. bílý pepř.

Vařená majonéza.

Do hrnce si připravíme žloutky, sůl, bílý tluč. pepř, olej, citronovou šťávu a ocet. Vše dobře umícháme, postavíme na plotnu a mícháme, až majonéza zahoustne. Pak stále míchajíce přidáváme po kouscích čajové máslo a rozpuštěný ohřátý aspik. Poté majonézu mícháme do vychladnutí. — Tuto majonézu podáváme ke studenému telecímu masu, kuřatům a vařeným rybám.

Rozpočet pro 10 osob: 6 žloutků - sůl - pepř - ¼ *l* oleje - 3 lžíce vinného neb estragonového octa, z ½ citronu šťáva - 1 lžíce aspiku - 3 *dkg* másla. Do hotové studené majonézy můžeme zamíchati ¼ *l* ušlehané smetany.

Majonéza bez oleje.

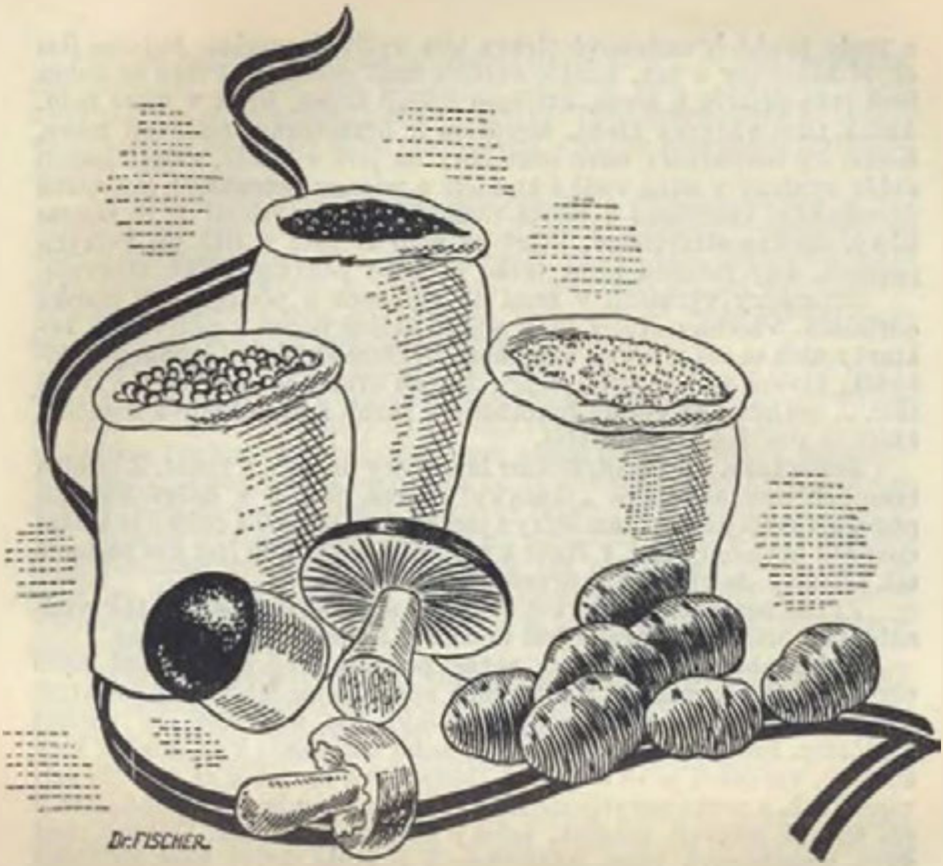
V hrnci umícháme máslo s moukou, přidáme žloutky a dobře utřeme. Pak stále míchajíce, přikapeme ocet, studenou hovězí polévku, trochu hořčice, celý pepř (který pak vyndáme) a podle chuti citronové šťávy. Hrnek postavíme do kastrolu s vařící vodou, majonézu mícháme až zhoustne a pak ji dáme vychladnouti. Do úplně studené majonézy lehce promícháme neslazenou šlehanou smetanu. Majonézu můžeme připraviti i bez smetany.

Rozpočet pro 5 osob: 4 *dkg* másla - ½ *dkg* mouky - 4 žloutky - 3—4 lžíce octa - trochu soli - 1 větší naběračku čisté hovězí polévky - 1 kávovou lžičku jemné hořčice - 5 zrnek pepře - z ½ citronu šťávy - ⅛ *l* šlehané smetany.

Nepravá majonéza bez oleje.

Do hrnce si nalijeme hovězí polévku, vinný ocet, žloutky, tlučený bílý pepř, anglickou omáčku, jemnou hořčici, sůl, cukr a vše metlou mícháme na ohni, až se začne majonéza vařiti. Pak hned přelijeme majonézu do misy a mícháme do vychladnutí. Majonézu podáváme k masu, neb ji upotřebíme na různé saláty.

Rozpočet pro 5 osob: 8 lžic hovězí polévky - 3 lžíce octa - 3 žloutky - 4 zrnka bílého pepře - 4 kapky anglické omáčky - ⅛ kávové lžičky hořčice - sůl - a na špičku nože cukru.



VII. O BRAMBORÁCH, LUŠTĚNINÁCH A HOUBÁCH

Brambory.

Brambory jsou vedle chleba nejrozšířenější potravinou a v některých krajinách, zvláště horských, tvoří hlavní výživu obyvatelstva. Jejich původní vlast jest Amerika, odkud byly ve středověku do Evropy přivezeny a rozšířily se brzo po celém světě. Staly se pravým dobrodiním chudého lidu na venkově a osvědčily se již ve středověku, neboť od jejich rozšíření již nikdy nezuřil v Evropě hlad v takových rozměrech, jak tomu bylo dříve, dokud lidé ještě brambor neznali.

Brambory se pěstují v každé půdě, i neúrodné. Nejlépe se jim daří v půdě písečné. Neobsahují však všech látek tělu potřebných,

a proto pouhá bramborová strava těla vyživiti nemůže. Nejvíce jim chybí bílkoviny a tuk, kdežto škrobu mají dostatek. Proto se dobře hodí jako příkrm k masu, kterému dodají škrob, jehož v mase není. Avšak není vždycky třeba, abychom k bramborům podávali maso. Komu by nechutnaly nové brambory na jaře a v létě, zvlášť jsou-li dobře uvařeny v slané vodě s kmínem a zelenou petrželkou, posypané strouhaným tvarohem a polité rozškvařeným máslem! Je to pokrm lehký, snadno stravitelný, který se hodí zvláště v létě při velkých parnech, kdy žaludek příliš těžké a tučné pokrmy těžko stravuje.

Brambory vyrůstají v zemi na kořenech a pěstují se v mnoha odrůdách. Všechny druhy však nejsou stejně dobré k požívání a některé z nich se ani požívati nemohou. Některé se pěstují jenom pro dobytek, hlavně se jimi krmí vepři. Jiných druhů se používá k výrobě lihu. Z brambor se vyrábí bramborový škrob a bramborová moučka, které se používá v cukrářství.

Podle toho, kdy zrají, dělíme brambory na letní a zimní. Z letních brambor jsou nejranější „jánovky", které, jsou-li v dobré hnojené půdě, uzrávají již v červnu. Brzy z jara však, v březnu a dubnu se k nám dovážejí brambory cizí, z Italie a severní Afriky, kde jest jim podnebí tak příznivé, že zrají již v prvních jarních měsících.

Zimní brambory se vykopávají až na podzim, nejsou tak vodnaté jako brambory jarní a jest možno je uschovati na delší čas.

Z bramborů upravujeme různé pokrmy buď samostatné nebo různé příkrmy k masům, nebo z nich upravujeme moučníky i některé jemnější pečivo (z bramborové mouky), ale nejčastěji je vaříme a pečeme. Buď je vaříme ve slupce, nebo oloupané. Více látek v nich zůstane, vaříme-li je ve slupce. Z oloupaných brambor se vylouží nejvíce škrob, a proto nevylijeme nikdy vody z brambor, ale použijeme jí při úpravě polévek, omáček, nebo jí podlévejme masa. Dobrou chuť dává bramborová voda, podléváme-li jí guláš, který není již třeba zahušťovati tolik moukou, neboť škrob z brambor sám šťávu zahustí.

Která hospodyňka má příhodný sklep, kde nemrzne, a který může snadno větrati, nakoupí si do zásoby brambor na zimu a ve sklepě je rozloží, aby k nim mohl vzduch. Uhodí-li velké mrazy, jest nutno brambory uchrániti před zmrznutím a přikrýti je slamou nebo pytlem. Jest nutno však je časem prohlížeti a klíčící odstraniti. Chceme-li upotřebiti klíčících brambor, odstraníme klíčky a brambory vaříme oloupané. Klíčky i slupka brambor klíčících, právě tak jako slupka raných brambor, jsou jedovaty.

Luštěniny.

Luštěniny jsou suchá semena rostlin motýlokvětých a počítáme k nim hrách, čočku a fazole. Dokud jsou luštěniny nedozrálé, upravujeme je jako zeleniny (zelený hrášek) a teprve, když uzrají a uschnou, vyžadují zvláštní úpravy. Jsou to potraviny velice výživné, které se složením od masa mnoho neliší, neboť obsahují jak bílkoviny, tak i uhlohydráty. Jedině tuku se jim nedostává.

Dobré luštěniny jsou stejně velké, stejné barvy, nejsou rozpůleny ani ohlodány. Špatné jsou luštěniny, které se vaří „přes zrno", t. j. když některé zrnko jest měkké a jiné tvrdé. To se stává obyčejně tehdy, smíchají-li se luštěniny staré s čerstvými. Chutné jsou pouze luštěniny čerstvé, rok staré.

Slupka luštěnin jest tvrdá, nestravitelná buničina, která se ani vařením nestane lehce stravitelnou. Proto se luštěniny namáčejí na noc do změkčené vody, ve které se pak druhý den vaří. Při vaření luštěniny zvětší svůj objem, a proto mají vyplňovati jen asi půl nádoby, ostatek se dolije vodou. Při mírném vaření vniká voda tvrdou slupkou do zrneček, škrob bobtná a stává se poživatelným.

Kdybychom vložili luštěniny do vody vařící nebo do tvrdé vody, srazily by se bílkoviny a utvořily by pevný obal zrn, který by nepropustil vody dovnitř a luštěniny by zůstaly tvrdé. Nemáme-li vody měkké, změkčíme tvrdou vodu bikarbonátem neboli čištěnou sodou. Na luštěniny nalijeme pouze tolik vody, aby po uvaření žádná nezbyla, neboť se mnoho látek do vody vylouží, a bylo by škoda o ně luštěniny připraviti.

Nejlépe uvaříme luštěniny takto: nalijeme na ně vodu, na luštěniny položíme malou pokličku, hrnek též přikryjeme poklicí a vložíme jej do většího hrnce s vařící vodou, který rovněž přiklopíme. Vaříme-li tak luštěniny v páře, nemohou se připáliti, a ani jimi nemusíme natřásati.

Uvařené luštěniny, byť i měkké, jsou těžko stravitelné, neboť slupka obsahuje zdřevnatělou buničinu. Jest proto výhodnější upravovati z luštěnin polévky nebo kaše, které jsou velice výživné. Tím se využitkují všechny látky z luštěnin a žaludek se neobtěžuje nestravitelnou slupkou.

Nejjemnější z luštěnin jest *zelený hrášek*, který se upravuje jako zelenina, dříve než úplně dozrál. *Polní hrách* může býti buď zelený nebo žlutý.

Čočka není tak chutná jako hrách, a upravuje se z ní nejčastěji polévka.

Fazolí bílých se používá nejčastěji na salát, polévku a zadělávání. Nedozralé celé lusky se upravují jako zelenina.

Houby.

Houby poskytují pokrm velice chutný, ne však mnoho výživný. Jsou to vlastně plodnice hub, které vyrůstají z podhoubí ukrytého dosti hluboko v zemi. Daří se jim nejvíce v lesích, v mechu, méně na mezích a lukách.

Některé houby, na př. špičky, rostou výhradně na mezích. Podhoubí jest rozprostřeno v zemi v podobě tenké pavučinky a potřebuje k vývoji hodně vláhy. Když naprší a nastanou teplé dni a noci, jest příhodná doba pro vzrůst hub.

Houby obsahují značné množství bílkovin i uhlohydrátů, avšak tyto cenné látky jsou uzavřeny v těžko stravitelné buničině, takže je málokdy strávíme a jejich cenný obsah zůstává nevyužit. Při sbírání hub je nutno, abychom je dobře znali, neboť mnohé obsahují prud-

ký jed, jenž jest velice nebezpečný. Obyčejně se pokládají za jedovaté ty houby, které chutnají hořce, máme však též některé druhy prudce jedovaté, které však hořké nejsou.

Mnoho jedovatých hub modrá, rozkrojíme-li je, na př. hřib satan; jsou však velmi dobré houby poddoubníky nebo modráky, jichž samotný název prozrazuje, že také modrají. Poněvadž není tedy přesných značek pro houby jedovaté a jedlé, sbírejme pouze ty, které bezpečně známe.

Nejznámější a také nejcennější z hub jest hřib, který má mnoho odrůd jedlých. Nejkrásnější jest hřib královský, pak borovník, křemenák, hřib hnědý, kozák, kovář, kozí pysk atd.

Z ostatních hub jsou obecně známy lišky, ryzce, klouzky, špičky, pečárky, syrovinky, václavky, holubinky, lanýže, uhelky a j.

Pestřec a hřib peprný se přidávají do jídla jen jako koření.

Hub používáme v kuchyni hlavně k přípravě polévek a omáček. Děláme z nich však také různé pokrmy nebo je přidáváme do pokrmů, jejichž chuť se houbami zlepší. Nejčastěji však houby buď smažíme nebo dusíme na másle s míchanými vejci. Nikdy však nemáme houbového pokrmu ohřívati, poněvadž bývá potom těžce stravitelným.

Když je vlhký rok a hub jest veliké množství, každá hospodyně si je usuší, aby je měla v zásobě na zimu. Sušených hub upotřebíme nejčastěji na polévku nebo na omáčku. Chceme-li z nich připraviti i jiné pokrmy, jest nutno je dříve uvařiti v mléce a pak je buď na másle dusíme nebo je různě upravujeme podle chuti určitého předpisu.

Často se houby nakládají do octa a podávají se v zimě k masům. Jsou spíše pochutinou než výživným pokrmem.

a) Bramborové příkrmy.

Opečené brambory.

Čistě oprané brambory uvaříme ve slupce do měkka. Pak je oloupáme, rozmačkáme, osolíme a promícháme s drobně nakrájenou, na sádle usmaženou cibulí a kmínem. Pekáč vymažeme sádlem, brambory do něho urovnáme a v troubě je upečeme do růžova.

Rozpočet pro 5 osob: 1 *kg* brambor - sůl - 3 *dkg* cibule - 3 *dkg* sádla - 2 *dkg* sádla na pečení - kmín.

Nové brambory s tvarohem.

Nové brambory (rohlíčky) oškrábeme, vypereme a dáme do vařící vody vařiti s kmínem a zelenou petrželí. Vařené dobře okapeme, polijeme máslem, posypeme strouhaným tvarohem, který povrchu také trochu pokapeme dobře rozškvařeným máslem.

Výhodné jest, vaříme-li nové brambory v parním hrnci.

Rozpočet pro 5 osob: 1½ *kg* brambor - sůl - kmín - zelená petržel - 5 *dkg* másla - 3 *dkg* tvarohu (syrečku).

Bramborová kaše.

Vyprané, oloupané, rozkrájené brambory uvaříme se solí a kmínem do měkka. Pak s nich odstraníme vodu, přidáme kousek másla a dobře rozmačkáme nebo lisem na brambory prolisujeme, dokud jsou ještě horké. Pak stále míchajíce přidáme vařící mléko, podle chuti ještě soli a kaši dobře umícháme. Pak ji pěkně urovnáme na mísu. Povrchu ji ozdobíme drobně nakrájenou, na másle usmaženou cibulkou a pokapeme máslem.

Rozpočet pro 5 osob: 1 ½ *kg* brambor - kmín - sůl - 3 *dkg* másla - ¾ *l* mléka - 3 *dkg* másla - 3 *dkg* cibule

Bramborová kaše nastavovaná.

V kamenném hrnci ve slané vodě neb mléce s máslem vaříme vyprané trhané krupky ½ hodiny (často jimi zamícháme, aby se *nepřipálily!*). Oloupané brambory rozkrájíme na kostky a dáme je vařiti ke kroupám. Když jsou brambory měkké, rozmačkáme je vařečkou a zamícháme. Podle chuti kaši osolíme, dáme na mísu a omastíme na másle usmaženou cibulkou. (Je-li kaše hustá, zředíme ji horkou vodou nebo mlékem.)

Rozpočet pro 5 osob: ¾ *l* osolené vody nebo mléka - 15 *dkg* trhaných krupek - 2 *dkg* másla - sůl - 1 *kg* brambor - 5 *dkg* másla - 3 *dkg* cibule.

Bramborový guláš.

Oloupané, syrové brambory nakrájíme na tenké plátky. Drobně nakrájenou cibulku usmažíme na sádle, brambory do ní vložíme, přidáme sůl, kmín a papriku. Vše zamícháme, zalijeme asi do poloviny vodou a dusíme, dokud brambory nezměknou. Je-li třeba, podlijeme brambory, aby nevysmahly. Též můžeme do brambor přidati několik škvarků nebo je zalíti kyselou smetanou s umíchanou moukou a ještě povařiti.

Rozpočet pro 5 osob: 1 *kg* brambor - 3 *dkg* sádla - 4 *dkg* cibule - sůl - kmín - paprika - 1 lžíce škvarečků (nebo 4 lžíce kyselé smetany a 2 *dkg* mouky).

Bramborové placičky.

Ve slupce uvařené brambory oloupáme, prolisujeme nebo ustrouháme, osolíme, přidáme mouku, vejce a vypracujeme vláčné těsto. Pak z těsta nakrájíme kousky, válečkem je rozválíme na pomoučeném vále a opečeme je na čisté plotně. Pak je ještě opečeme v kastrole na sádle. Na každou placku dáme lžíci škvarečků a horké je podáváme. Placky můžeme také jen na plotně upéci, potříti máslem a pak rozvařenými švestkami nebo povidly a posypati tluč. mákem a cukrem a podávati jako moučník.

Rozpočet pro 5 osob: 1 ¼ *kg* brambor - 25 *dkg* mouky - 1 vejce - sůl - 5 *dkg* sádla neb másla - ½ *kg* švestek - 2 *dkg* máku - 3 *dkg* cukru.

Bramborové placky se škvarky.

Ve slupce uvařené brambory prolisujeme, osolíme a dáme na vál do připravené prosáté krupičkové mouky. Pak přidáme dobře rozsekané studené vepřové škvarečky a žloutky. Vypracujeme těsto, z něho vyválíme na pomoučeném vále plást, koblihovým kroužkem vykrájíme placky, složíme je na suchý plech a v přiměřeně horké troubě je upečeme do růžova. Pečené potřeme sádlem a podáváme.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* brambor (vařených a lisovaných) - sůl - 28 *dkg* mouky - 22 *dkg* škvarků - 3 žloutky - 2 *dkg* sádla na potření.

Slezské bramborové placky.

Oloupané syrové brambory rozstrouháme, vodu z nich částečně scedíme, načež je osolíme, opepříme a zamícháme do nich sladkou smetanou vejce a hladkou mouku. Omeletní pánev vymažeme rozpáleným sádlem nebo máslem, těsto na ní rozetřeme a zprudka na obou stranách placky upečeme. Pečené placky horké podáváme k čaji. Tyto placky můžeme připraviti též bez vajec a pak je pečeme na čisté mírně vyhřáté plotně (na obou stranách) a ještě je potřeme čajovým máslem a podáváme.

Rozpočet pro 2 osoby: 60 *dkg* oloupaných brambor - sůl - pepř - 8 *dkg* hladké mouky - 1 lžíce smetany - 1 vejce - 10 *dkg* sádla neb 12 *dkg* másla.

Bramborové crokety.

Uvařené, oloupané brambory prolisujeme, osolíme a dáme na vál do připravené prosáté mouky. Pak přidáme sekané, vařené uzené maso nebo zbytky pečeně, usmaženou, jemně nakrájenou cibulku, sekanou zelenou petržel, tlučený pepř a vejce. Vypracujeme těsto, z něho nakrájíme kousky, uděláme crokety, obalíme je v bílku, ve strouhané housce a v rozpáleném sádle neb převařeném másle je usmažíme do zlatova. Horké podáváme k zeleninám neb hrachové kaši.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* brambor - sůl - 12 *dkg* mouky - 12 *dkg* uzeného masa nebo pečeně - 1 *dkg* sádla - 2 *dkg* cibule - tlučený pepř - zelená petržel - 1 vejce dovnitř - 2 bílky na obalení - 10 *dkg* housky - 10 *dkg* sádla neb převařeného másla.

Bramborové válečky s uzenkami.

Uvařené, oloupané, prolisované brambory, dokud jsou ještě horké, mícháme s krupicí. Do vychladlých přidáme sůl, vejce, máslo, krupičkovou mouku a vypracujeme těsto. Z těsta nakrájíme obdélníčky, na každý položíme půlku oloupané uzenky, zatočíme pevně na válečky a po stranách prsty stlačíme. Válečky usmažíme v rozpáleném sádle do červena. Podáváme k nim zeleninu nebo upravené zelí.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* brambor - sůl - 4 *dkg* krupice - 2 *dkg* másla - 1 vejce - 14 *dkg* krupičkové mouky - 5 uzenek (párků) - 15 *dkg* sádla.

Bramborové škubánky.

Oloupané, nakrájené brambory uvaříme ne příliš do měkka. Pak z nich slijeme vodu a brambory zasypeme moukou, načež do nich uděláme vařečkou několik děr až ke dnu, nalijeme na ně část slité vody a na okraji plotny je necháme zvolna povařiti, aby se spařila mouka (asi 20 minut). Poté přebytečnou vodu slijeme a brambory důkladně rozmačkáme a umícháme, aby těsto bylo hladké a tuhé. Podle chuti je osolíme a pak vykrajujeme kousky ostrou lžicí v horkém sádle neb másle namočenou, klademe je na mísu, načež je mastíme sádlem a sypeme smaženou, drobně nakrájenou cibulkou, nebo je na sádle na pekáči usmažíme a podáváme k masu. Také je sypeme strouhaným tvarohem a mastíme máslem nebo je sypeme tlučeným mákem a cukrem a mastíme sádlem.

Rozpočet pro 5 osob: 1 *kg* brambor - sůl - 20 *dkg* mouky - 8 *dkg* sádla - 4 *dkg* cibule aneb 3 *dkg* máku - 3 *dkg* cukru.

Pečené brambory s uzeným masem.

Uvařené, ještě teplé brambory oloupáme a nakrájíme na koláčky a rovněž nakrájíme na tvrdo uvařená vejce. Vařené uzené maso nakrájíme na kostečky. Kastrol nebo pekáček vymažeme sádlem a vysypeme strouhanou houskou. Na dno položíme vrstvu bramborových koláčků a vajec, trochu osolíme, opepříme, posypeme uzeným masem, na to dáme opět vrstvu brambor a vajec a tak pokračujeme, až je nádoba do tří čtvrtin plná. (Nahoře musí býti brambory.) Povrch pokropíme sádlem a dáme péci. Když jsou brambory rozpečené, zalijeme vše mlékem, ve kterém jest rozmíchané vejce, a upečeme do růžova. Také můžeme brambory připraviti tak, že místo uzeného masa dáme vždy vrstvu na másle s cibulkou udušených hříbků.

Rozpočet pro 5 osob: 1 *kg* brambor - sůl - pepř - 3 vejce - 10 *dkg* vařeného uzeného masa - 3 *dkg* sádla - 2 *dkg* housky - $^{3}/_{8}$ *l* mléka - 1 vejce. Nebo: 30 *dkg* čerstvých hřibů - 3 *dkg* másla - 2 *dkg* cibule.

Knedlíky ze syrových a vařených brambor.

Studené, oloupané, *vařené* brambory ustrouháme (nebo horké prolisujeme) a dáme do mísy. Oloupané *syrové* brambory ve studené vodě ustrouháme, dáme na cedník a polijeme trochou horkého mléka a přikryté necháme, až z nich všechna voda vykape. Potom dobře okapané syrové brambory dáme do mísy k vařeným bramborům, načež přidáme mouku, sůl, vejce a vše vypracujeme v těsto. Z těsta děláme kulaté, prostředně veliké knedlíky a vaříme je v osolené vařící vodě 15—20 minut. Vařené hned rozkrájíme a pomastíme sádlem nebo je posypeme smaženou cibulkou a podáváme k nim dušené zelí. Knedlíky můžeme připraviti i bez vajíčka.

Rozpočet pro 5 osob: ½ *kg* vařených brambor - 2 *kg* syrových brambor - trochu mléka - 1 vejce - sůl - 14 *dkg* krupičkové mouky (sypké) - 8 *dkg* sádla - 4 *dkg* cibule.

Bramborové knedlíky s krupicí.

Uvařené, oloupané, prolisované brambory, dokud jsou ještě horké, smícháme s krupicí. Do vychladlých přidáme sůl, vejce, podle potřeby mouky a vypracujeme těsto. Pak do něho přidáme na másle usmaženou, na kostečky nakrájenou housku, dobře vše ještě zpracujeme, nakrájíme stejné kousky, děláme knedlíky, které v osolené vařící vodě vaříme podle velikosti 15—20 minut. Vařené knedlíky hned natrhneme dvěma vidličkami, polijeme máslem neb je posypeme na másle usmaženou strouhanou houskou. Knedlíky můžeme též připraviti bez krájené housky tak, že těsto vyválíme na 1½ *cm* silně, nakrájíme z něho čtverečky, naplníme je masitou nádivkou, zakulatíme a vaříme je 8—12 minut. Na míse je mastíme rozehřátým sádlem.

Masová nádivka: 20 *dkg* sekaného uzeného masa smícháme s usmaženou cibulkou (2 *dkg* sádla - 2 *dkg* cibule) a strouhanou houskou (2 *dkg* strouhané housky).

Rozpočet pro 5 osob: 60 *dkg* brambor - sůl - 10 *dkg* krupice - 1 vejce - 3 *dkg* másla - 10 *dkg* krájené housky - 10 *dkg* mouky. Na posypání a pomaštění 3 *dkg* másla - 2 *dkg* strouh. housky.

Bramborové nudle.

Připravíme si těsto jako na bramborové knedlíky s krupicí, načež z těsta vyválíme rukou dlouhé válečky, nakrájíme z nich menší kousky, děláme silné, špičaté nudle (šišky), které v osolené vařící vodě vaříme 4 minuty. Horké, dobře okapané dáváme na pekáč do strouhané housky, kterou jsme na másle neb sádle usmažily. Dobře je v ní obalíme a ve vlahé troubě je necháme do upotřebení. Právě tak připravujeme noky, které můžeme posypati ještě cukrem a předkládati je jako moučník.

Rozpočet pro 5 osob: 60 *dkg* brambor - sůl - 10 *dkg* krupice - 1 vejce - 3 *dkg* másla - 15 *dkg* mouky - 10 *dkg* strouhané housky - 10 *dkg* másla nebo sádla.

Smažené bramborové nočky.

Ve slupce uvařené brambory oloupáme, prolisujeme na vál, přidáme sůl, mouku, vejce, na špičku nože kypřícího prášku a rychle lehce zpracujeme v těsto. Pak vyválíme dlouhé tenké válečky a nakrájíme nočky. V kastrole si rozpálíme sádlo, vložíme do něho nočky a usmažíme je do růžova. Nočky podáváme k masu neb dušené zelenině. Také můžeme nočky nejprve uvařit, politi máslem a posypati smaženou žemli.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* brambor - sůl - 8 *dkg* krupič. mouky - na špičku nože kypřícího prášku „Moudrá hlava" - 1 vejce - 4 *dkg* mouky na vál - 10 *dkg* sádla na smažení.

Na vařené nočky - 4 *dkg* másla - 2 *dkg* strouhané žemle.

Smažené bramborové knedlíčky.

Uvařené oloupané brambory prolisujeme a dáme vychladnouti. V míse si umícháme máslo se solí a žloutky. Do umíchaného přidáme

brambory, strouhaný muškátový oříšek, sekanou zelenou petrželku, z bílků sníh a tolik strouhané housky, aby těsto drželo pohromadě. Z těsta děláme knedlíčky asi jako ořech velké, obalujeme je ve vajíčku, housce a v rozpáleném sádle je usmažíme do zlatova. Velmi chutné jsou k telecímu závitku s moravskou klobásou. Do bramborového těsta můžeme přidati na špičku nože kypřícího prášku.

Rozpočet pro 5 osob: ½ *kg* brambor - 4 *dkg* másla - 3 žloutky - 3 bílky - 6 lžic strouhané housky - sůl - na špičku nože muškátového oříšku - zelenou petržel - 2 vejce na obalení - 10 *dkg* strouhané housky - 15 *dkg* sádla.

Kynuté bramborové knedlíčky.

Oprané brambory uvaříme, oloupáme, ustrouháme nebo prolisujeme. V míse si umícháme se solí máslo neb sádlo, přidáme prochladlé brambory, mouku, vejce a ve vlažném mléce vykynuté droždí. (Příprava kvásku viz při kynutém těstě.) Pak upravíme hodně tuhé těsto, dobře je vypracujeme a dáme vykynouti. Z vykynutého těsta nakrájíme menší kousky, uděláme kulaté knedlíčky, dáme je opět vykynouti a pak je usmažíme po obou stranách v rozpáleném sádle do zlatova. Usmažené knedlíčky posypeme jemně sekanou zelenou petrželkou a horké podáváme.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* brambor - sůl - 3 *dkg* másla neb sádla - 25 *dkg* krupičkové mouky - 4 *dkg* droždí - ⅛ *l* mléka - 1 vejce - 25 *dkg* sádla - zelená petržel.

Bramborové smaženky.

Ve slupce do měkka uvařené brambory oloupáme a prolisujeme. Na vál si připravíme mouku, do ní dáme brambory, přidáme sůl, vejce a vypracujeme tuhé těsto. Pak těsto vyválíme na 1½ *cm* silně, formičkami vykrájíme hvězdičky neb půlměsíčky, namáčíme je v rozšlehaných bílcích, pak ve strouhané housce, načež je v rozpáleném sádle usmažíme do zlatova. Z téhož těsta děláme mrkvičky (karotky), obalíme je v bílcích a housce a usmažíme v sádle. Když jsou hotové, zastrčíme špejlí do jejich širší strany kousek zelené petrželky. Smaženkami obkládáme hovězí maso.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* brambor - 20 *dkg* mouky - sůl - 1 vejce - 2 bílky - 10 *dkg* housky - 12 *dkg* sádla - zelená petrželka.

Burášky.

Připravíme bramborové těsto jako na bramborové smaženky (viz str. 193), načež z něho vyválíme válečky asi 12 *cm* dlouhé. Každý šestkrát nakrojíme (ale nedokrojíme). Potom je složíme na máslem neb sádlem potřený plech a v troubě je upečeme do růžova. Poté dokrojíme naznačené dílky, spaříme je vařícím mlékem neb vodou, složíme je na mísu, posypeme strouhaným tvarohem, polijeme dobře rozpáleným máslem neb je sypeme tlučeným mákem a cukrem a mastíme sádlem.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* brambor - 20 *dkg* krupičkové mouky - sůl - vejce - 1 *dkg* másla neb sádla na plech - ¼ *l* mléka neb vody - 4 *dkg* strouhaného tvarohu - 5 *dkg* másla - 3 *dkg* máku - 3 *dkg* cukru.

Bramborový závin s uzeným masem.

Připravíme si bramborové těsto jako na smaženky. Vypracované vyválíme na pomoučeném vále na tenký obdélník, který potřeme máslem, posypeme strouhanou, na másle usmaženou houskou a jemně sekaným, vařeným uzeným masem. Pak obdélník zatočíme na závin, zabalíme jej do mokrého, máslem potřeného ubrousku, na koncích ubrousek pevně motouzem zavážeme a závin dáme vařiti do slané vody asi ¾ hodiny. Z uvařeného závinu odstraníme opatrně ubrousek a nakrájíme jej nití nebo tenkým nožem na šikmé řezy. Pak jej urovnáme na mísu, pokapeme máslem a podáváme k němu hořčicovou omáčku nebo zelí. Do těsta můžeme přidati na špičku nože kypřícího prášku.

Z téhož těsta můžeme nakrájeti obdélníčky, naplniti je uzeným masem a strouhanou houskou, udělati rohlíčky, obaliti bílkem a strouhanou houskou a na sádle je usmažiti a podávati je k dušenému špenátu neb jiné zelenině.

Rozpočet pro 5 osob: 40 *dkg* vařených brambor - sůl - 15 *dkg* mouky - 2 vejce - 2 *dkg* másla - 3 *dkg* housky - 20 *dkg* uzeného masa - 1 *dkg* másla na potření ubrousku - 5 *dkg* másla na pomaštění.

Plněné brambory s vejci.

Čistě vyprané brambory v troubě upečeme. Potom vršek s nich seřízneme, lžičkou vydlabeme vnitřní část a brambory urovnáme na čistou pánev. Pak do každé brambory upravíme syrové vejce, osolíme a dáme opět zapéci. Vydlabanou část brambor prolisujeme, přidáme do ní kousek másla a trochu smetany, načež umícháme kaši. Sáček neb papírový kornout opatříme ozdobnou trubičkou, naplníme kaší a na zapečená vajíčka vystříkáme ozdobu a dáme asi na tři minuty do trouby zapéci. Potom brambory upravíme na mísu, ozdobíme zelenou kadeřavou petrželí a podáváme. K bramborům podáváme hlávkový salát nebo jimi obkládáme na míse různá teplá masa.

Rozpočet pro 5 osob: 5 velkých brambor (50—60 *dkg*) - 5 menších vajec neb 3 velká vejce - sůl. *Na kaši:* vydlabaná část brambor - sůl - 2 *dkg* másla - 3 lžíce smetany - zelená petržel na ozdobu - papír na kornout.

Smažená bramborová hnízdečka.

Oloupané, čistě oprané brambory nakrájíme na tenké nudle, osušíme je utěrkou a část jich složíme křížem do drátěného tvořítka na hnízdečka, načež tvořítko vložíme do rozpáleného sádla, nebo oleje tak, aby bylo potopeno a usmažíme do červena. Pak z formy hnízdečko vyklopíme, tvořítko znovu naplníme brambory a usmažíme. Tak pokračujeme, až máme všechny brambory v podobě hnízdeček usmaženy. Hnízdečka osolíme, plníme dušenou zeleninou, zeleninovým salátem a obkládáme jimi masa, nebo na ně klademe pečené kvíčaly.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* brambor - 25 *dkg* sádla nebo ¼ *l* oleje - sůl.

Bramborové paštičky.

Na vál si prosijeme mouku, rozsekáme do ní máslo, přidáme vařené, prolisované brambory, sůl a uděláme do toho důlek, do něhož nalijeme v mléce umíchaný žloutek. Těsto dobře vypracujeme a dáme do studena na ½ hodiny. Pak je rozválíme a třikráte přeložíme jako máslové těsto, což opakujeme třikrát vždy po ½ hodině. Konečně je rozválíme asi na 3 *mm* silně, vykrajovadlem (jako koblihy) nakrájíme koláčky, urovnáme je na suchý plech a potřeme žloutkem. Polovinu koláčků vypícháme malým vykrajovadlem ještě jednou. Vykrájené koláčky složíme na celé, povrchu je pomažeme opět žloutkem, posypeme strouhaným ementálským sýrem a na máslem potřeném plechu je v prudké troubě upečeme do růžova. Též můžeme z vyváleného těsta nakrájeti pásky, které poklademe na pomaštěnou obloučkovou formu, povrchu je rovněž pomažeme žloutkem a posypeme sýrem a upečeme. Hodí se k pečení a ke zvěřině.

Bramborové paštičky plníme brusinkami.

Rozpočet pro 5 osob: 20 *dkg* mouky (10 *dkg* hladké a 10 *dkg* krupičkové) - 14 *dkg* brambor - 14 *dkg* másla - asi 1 lžíce mléka - 2 žloutky - sůl - 1 žloutek - 1 *dkg* ementálského sýra - 2 *dkg* másla na plech.

Smažené brambory.

Oloupané, vyprané, syrové brambory nakrájíme na silnější nudle a zabalíme je do utěrky. Čistý, hovězí lůj dáme rozpáliti, načež po částech smažíme bramborové nudle. Když jsou do bledě růžova osmažené, dáme je do rozpáleného sádla nebo převařeného másla a usmažíme je do červena. Pak je osolíme, posypeme zelenou sekanou petrželkou a hned podáváme. Lůj můžeme upotřebiti, není-li přepálený, na jíšku do bramborové polévky. Taktéž můžeme z větších brambor tvořítkem vykrájeti malé brambůrky a pak je usmažit jako nudle.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* brambor - 20 *dkg* loje - 12 *dkg* sádla nebo převařeného másla - sůl - zelená petržel.

Smažené brambory II.

Syrové, oloupané, ustrouhané brambory smažíme v rozpáleném sádle asi 3 minuty. Poté brambory lopatkou vyndáme a dobře je necháme okapati. Pak dáme znovu osmažiti asi 3 až 9 minut. Před podáváním se osolí a podávají kolem masa.

Rozpočet pro 2 osoby: 50 *dkg* oloupaných syrových brambor - 15 *dkg* sádla neb hovězího škvařeného loje - sůl.

Bramborové koblížky s uzeným masem.

Připravíme si těsto jako na kynuté bramborové knedlíčky. Vykynuté těsto rozválíme na 1 *cm* silně, naznačíme na něm kolečka kroužkem na koblihy, do poloviny jich dáme do středu kávovou lžičku sekaného, vařeného uzeného masa, z druhé poloviny vykrájíme krouž-

kem těsto, položíme je na naplněná kolečka, kolem dobře prsty stlačíme a pak menším kruhovým vykrajovadlem koblihy vykrájíme. Dáme je na pomoučené prkénko a v teple je necháme vykynouti, při čemž je jednou obrátíme, aby vykynuly po obou stranách. Pak klademe koblížky vrchní stranou ke dnu kastrolu do rozpáleného sádla, přiklopíme a necháme je smažiti na prudším místě. Po chvíli kastrol odtáhneme ke kraji plotny, koblihy obrátíme, poklici odstraníme a koblížky usmažíme na straně druhé. Teplé podáváme s hořčicovou omáčkou.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* brambor - sůl - 3 *dkg* másla neb sádla - 25 *dkg* krupičkové mouky - 4 *dkg* droždí - asi ⅛ *l* mléka - 2 žloutky neb 1 vejce - 30 *dkg* sádla - 25 *dkg* vařeného uzeného masa.

Smažené bramborové lupínky (chips).

Dobře vyprané syrové brambory oloupáme, na okurkovém kruhadle nakrouháme tenké plátky a dobře je utěrkou osušíme. V hluboké pánvi neb kastrole rozpálíme vyškvařený lůj, a když se z omastku kouří, vložíme do něho brambory na zvláštním drátěném košíčku (sítě), v němž je usmažíme pěkně do červena. Pak je i s košíčkem vyndáme, po chvilce je znovu vložíme do rozpáleného loje, pouze však na několik vteřin, aby byly pěkně chruplavé. Před podáváním je osolíme. Jsou-li brambory správně usmaženy, jsou velice chutné. Před podáváním brambory promícháme s čerstvě rozpuštěným máslem.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* brambor - 50 *dkg* čistého vyškvařeného loje (loje musí býti dostatečné množství) - sůl - 2 *dkg* másla.

Bramborové kuličky.

Ve slupce uvařené brambory oloupáme, horké prolisujeme, osolíme, přidáme žloutky a zpracujeme v těsto, které nakrájíme na malé kousky, uděláme kuličky, obalíme je lehce moukou a v rozpáleném tabulovém oleji kuličky usmažíme do růžova. Před podáváním posypeme kuličky zelenou sekanou petrželkou.

Rozpočet pro 5 osob: 1 *kg* brambor - sůl - 2 žloutky - 3 *dkg* mouky na obalení - ⅙ *l* oleje - zelená petržel.

Francouzské brambory.

Vyprané brambory oloupáme, znovu vypereme a rychle nakrájíme na silné nudle ½ *cm* široké a 3 *cm* dlouhé. Potom je zabalíme do suché utěrky. Na ocelové pánvi přivedeme olej do varu, brambory dáme na drátěnou vložku, k tomu účelu zhotovenou a s ní je v oleji smažíme do bledě růžova. Poté je přendáme i s vložkou do jiného kastrolu s rozpáleným máslem, ve kterém je dosmažíme do růžova. Celkem brambory smažíme asi 20 minut. Smažíme je jen po malých částech. Potom brambory dáme na mísu, osolíme, přidáme sekanou zelenou petrželku a dobře je promícháme. Takto upravenými brambory obkládáme masa s přírodní omáčkou. (Přírodní svíčkovou, roštěnec, dušené beefsteaky a pod.)

Brambory můžeme též smažiti bez vložky. Prochladlý olej po smažení dáme zpět do láhve a můžeme jej opět upotřebiti při příštím smažení.

Rozpočet pro 5 osob: 1 *kg* brambor - ½ *l* oleje - 12 *dkg* másla - sůl - zelenou petržel.

Bramborové tyčky se sýrem.

Na vál si nasypeme krupičkovou mouku, málo soli, na špičku nože sladké papriky, přidáme uvařené lisované studené brambory, strouhaný slovenský oštěpek neb ementálský sýr, do všeho rozsekáme čerstvé máslo, přilijeme žloutky a vypracujeme jemné těsto. Na lehce pomoučeném vále těsto vyválíme a třikrát složíme a vyválíme jako těsto lístkované, viz str. 299. Pak těsto vyválíme na ¼ *cm* silně, vy krájíme tyčky nebo čtverečky, složíme je na lehce máslem potřený plech, povrchu je potřeme vejcem, posypeme strouhaným sýrem nebo solí s kmínem a v horké troubě rychle upečeme. Tyčky složíme na mísu a podáváme k čaji, vínu nebo pivu.

Rozpočet pro 5 osob: 30 *dkg* krupič. mouky - ½ kávové lžičky soli - na špičku nože sladké papriky - 30 *dkg* brambor vařených lisovaných - 18 *dkg* másla - 12 *dkg* ementálského sýra neb oštěpku - 3 žloutky - mouka na vál - 1 *dkg* másla na plech - 1 vejce na potření - 2 *dkg* sýra (ementálský nebo oštěpku) na posypání.

Bramborové máslové tyčky.

Na vál si připravíme hladkou mouku, sůl, vařené, oloupané, prolisované studené brambory a čerstvé máslo. Z připravených součástek vypracujeme lehce těsto, rozválíme je, složíme na třikrát, opět vyválíme a složíme. Pak těsto vyválíme na ¼ *cm* silně, nakrájíme tyčky, složíme je na plech, povrchu je potřeme vajíčkem, posypeme kmínem, solí a v horké troubě upečeme do červena. Pečené složíme úhledně na mísu a podáváme k čaji.

Rozpočet pro 5 osob: 15 *dkg* hladké mouky - sůl - 15 *dkg* brambor (oloup., vař., lisované) - 15 *dkg* másla - 1 vejce na potření - kmín a sůl na posypání.

b) Jiné příkrmy.

Dušená rýže.

Pěknou skelnou rýži přebereme, ve studené vodě vypereme a vařící vodou spaříme a dáme okapati na cedník. V kastrole na rozpuštěném sádle si usmažíme drobně nakrájenou cibulku, do ní vložíme rýži, osolíme a 2 minuty na plotně mícháme. Pak zalijeme rýži horkou vodou, přiklopíme poklicí a v troubě bez míchání dusíme do měkka asi 20 minut. Pak ji dobře urovnáme, stlačíme do horkou vodou vylité věncové formy, načež ji vyklopíme na mísu, ozdobíme petrželí a podáváme k masu.

Do takto udušené rýže můžeme zamíchati na másle usmažené, nakrájené hříbky a vařený rozebraný květák a podávati ji jako samostatný pokrm s máslovou omáčkou.

Rozpočet pro 5 osob: 25 *dkg* rýže - 4 *dkg* sádla - 3 *dkg* cibule - sůl - ½ *l* vody. *Rýže s hřiby:* 2 *dkg* másla - 2 hřiby - 1 menší květák. *Omáčka:* 2½ *dkg* másla - 2½ *dkg* mouky na jíšku - 1 žloutek - podle potřeby vody - sůl.

Pražená krupice.

Do rozehřátého másla dáme krupici a necháme zarůžovět. Pak k ní přiléváme po malých částech teplou osolenou vodu. Vody musí býti tolik, aby krupice nabobtnala. (Vodu musíme pomalu přilévati, aby se neudělaly kousky.) Pak krupici upravíme na mísu a podáváme k masu. Místo vody můžeme do usmažené krupice zamíchati nudlové čtverečky a dáti je do trouby zapéci.

Rozpočet pro 5 osob: 6 *dkg* krupice - 4 *dkg* másla - slaná voda - sůl.

Krupicové noky k masu.

V kastrole povaříme osolenou vodu s máslem, načež do ní nasypeme krupici a na plotně tak dlouho mícháme, až se těsto nelepí na vařečku ani na kastrol. Z takto upraveného těsta vykrajujeme mastnou lžící podélné noky, klademe je na mísu, posypeme strouhanou smaženou houskou a podáváme k masu.

Rozpočet pro 5 osob: ¾ *l* slané vody - 3 *dkg* másla - 20 *dkg* krupice - 4 *dkg* másla - 3 *dkg* housky.

Krupicové knedlíky.

Přebranou krupici spaříme vařícím mlékem, osolíme a dáme vychladnouti. Když prochladne, přidáme do ní vejce a na másle usmažené, na kostečky nakrájené housky, zamícháme a necháme odpočinouti. Potom vykrajujeme knedlíky a v osolené vodě je vaříme asi ¼ hod. Pak je vidličkami natrhneme a posypeme usmaženou strouhanou houskou.

Rozpočet pro 5—10 osob: ½ *l* krupice - ½ *l* vařícího mléka - sůl - 3 vejce - 3 *dkg* másla - 15 *dkg* krájených housek - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* strouh. housky.

Krupicový knedlík vařený v ubrousku.

Knedlík upravíme jako knedlíky v předešlém předpise jen s tím rozdílem, že místo celých vajec dáme žloutky a naposled z bílků sníh. Těsto uvaříme ve vymazaném ubrousku jako obrovský knedlík.

Rozpočet pro 5 osob: ½ *l* krupice - ½ *l* mléka - 6 žloutků - 20 *dkg* housek - 8 *dkg* másla - z bílků sníh - 1 *dkg* másla na ubrousek.

Krupicové věnečky.

Na kastrol dáme mléko a máslo, když se začne vařit, přidáme krupici a uvaříme ji na hustou kaši, osolíme a dáme vychladnouti. Vy-

chladlou kaši dáme na pomoučený vál, přidáme do ní 2 lžičky mouky, žloutky a dobře vypracujeme. Potom těsto rozválíme na 1 *cm* silně, formičkou vypícháme věnečky, které omočíme v bílcích, obalíme strouhanou houskou a usmažíme je v převařeném másle po obou stranách do růžova. Krupicovými věnečky obkládáme hovězí maso, vepřovou pečeni nebo zvěřinu, zvláště je-li v omáčce smetana.

Rozpočet pro 5 osob: ½ *l* mléka neb vody - 3 *dkg* másla - 14 *dkg* krupice - sůl - 5 *dkg* mouky - 2 žloutky - 2 bílky na obalení - 12 *dkg* housky - 12 *dkg* převařeného másla neb sádla.

Tvarohové chrupinky k masu.

Na vál dáme mouku, sůl, tvaroh, usekané máslo a strouhanou bílou housku. Vše lehce promícháme, přidáme žloutky a vypracujeme tuhé těsto, načež je vyválíme, formičkami vykrájíme různé tvary, namáčíme je v bílcích, obalíme strouhanou houskou a v rozpáleném másle usmažíme chrupinky do zlatova. Podáváme je kolem hovězího masa.

Rozpočet pro 5 osob: 12 *dkg* mouky - sůl - 12 *dkg* tvarohu - 2 *dkg* másla - 5 *dkg* strouhané bílé housky - 1—2 žloutky - 2 bílky na obalení - 10 *dkg* strouhané housky - 10 *dkg* převařeného másla.

Vařený hrách.

Přebraný zelený hrách vypereme a namočíme jej do změkčené vody (čištěnou sodou) a necháme několik hodin, nejlépe přes noc. Poté s něho vodu slijeme, na hrách nalijeme čistou, změkčenou vodu, na něj položíme pokličku a hrnek také přikryjeme poklicí a dáme jej vařiti. Hrách musí býti vodou zatopen. Při vaření, je-li zapotřebí, přilije se horká změkčená voda. Když je hrách skoro měkký, osolíme jej, protřeseme a bez míchání uvaříme do měkka. (Uvařený hrách musí býti měkký, ale celý.) Pak jej scedíme, dáme na mísu, posypeme škvarečky, polijeme sádlem, kolem hrách ozdobíme kyselými okurkami a podáváme jej k vařenému uzenému masu, k uzenému jazyku, ale také jej můžeme podávati se smaženými kapustovými karbanátky nebo též s upravenou zeleninou.

Rozpočet pro 5 osob: 30 *dkg* hrachu - sůl - 8 *dkg* sádla - škvarky - 5 kyselých malých okurek.

Kaše z hrachu.

Zelený hrách si uvaříme do měkka jako v předešlém předpise. Pak jej prolisujeme sítem do mlékem zředěné máslové jíšky, přisolíme, opepříme a podusíme. Kaši upravíme na mísu, omastíme rozpáleným máslem a posypeme smaženou strouhanou houskou nebo jemně nakrájenou, usmaženou cibulkou. Velmi dobrá jest kaše, omastíme-li ji přeškvařeným tukem ze šunky. Kaši můžeme též připraviti z loupaného žlutého hrachu, který se rychleji uvaří. Neloupaný hrách vaříme 2—3 hodiny na mírném ohni.

Rozpočet pro 5 osob: 30 *dkg* hrachu - sůl - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky - ⅛ *l* mléka - tlučený pepř - 6 *dkg* másla nebo tuku ze šunky - 1 *dkg* strouhané housky nebo 3 *dkg* cibule.

Čočka na kyselo.

Přebranou čočku opereme a dáme vařit se studenou změkčenou vodou. (Nenecháme ji bobtnati.) Jakmile se čočka začne vařit, vodu slijeme, na čočku nalijeme čistou, změkčenou horkou vodu a pod poklicí ji uvaříme do měkka jako hrách. Mezitím si připravíme máslovou jíšku s cibulkou, měkkou čočku i s vodou do ni vložíme, zamícháme, přisolíme a ještě chvíli povaříme, Podle chuti přidáme citronovou šťávu, pepř a ocet, dobře zamícháme, dáme na mísu, posypeme smaženou cibulkou a podáváme ji ke smaženým zelinovým karbanátkům nebo se sázenými vejci a zdobíme ji kyselými okurkami. (Sázené vejce viz při úpravě vajec.) Právě tak připravujeme bílou fazolku dříve namočenou. Z mladé čočky vodu neslijeme.

Čočku můžeme podávati též jen uvařenou jako hrách, scezenou, politou sádlem a usmaženou cibulkou nebo se škvarečky.

Rozpočet pro 5 osob: 30 *dkg* čočky - sůl - 2½ *dkg* másla - 4 *dkg* cibulky - 2½ *dkg* mouky - citronovou šťávu - tlučený pepř - ocet - 5 kyselých okurek - 2 *dkg* cibulky - 2 *dkg* sádla.

Hrachové karbanátky.

Do uvařeného, prolisovaného hrachu přidáme sůl, tlučený pepř, majoránku, na másle usmaženou cibulku, jemně umleté vařené uzené maso, prolisovaný, uvařený brambor a vejce. Vše dobře promícháme, načež hmotu zahustíme podle potřeby strouhanou houskou. Prkénko posypeme strouhanou houskou, hmotu rozdělíme na stejné kousky, uděláme kulaté karbanátky, potřeme je umíchaným vajíčkem neb bílky a obalíme je strouhanou houskou, upravíme nožem a v rozpáleném sádle nebo přeškvařeném másle je rychle usmažíme na obou stranách. Pak je složíme na mísu a ozdobíme udušeným špenátem nebo k nim podáváme dušené kyselé zelí.

Rozpočet pro 5 osob: 20 *dkg* zeleného hrachu - sůl - 3 zrnka tluč. pepře - špetku majoránky - 2 *dkg* másla a 2 *dkg* cibulky na usmažení - 6 *dkg* tučného vař. uzeného masa nebo šunky - 1 prostředně velký brambor - 1 vejce - 4 *dkg* strouh. housky dovnitř - 2 bílky neb 1 vejce na potírání - 10 *dkg* strouh. housky - 12 *dkg* škvařeného sádla nebo převařeného másla.

Karbanátky z ovesných vloček.

Ovesné vločky jsou oloupaný a rozmačkaný oves, původně výrobek z Ameriky. Vločky slouží k úpravě výživných polévek hlenovitých, ale také i jiných pokrmů, zvláště dobré jsou z nich karbanátky.

Prohlédnuté vločky vložíme do osolené vody, přidáme k nim na másle s cibulkou udušené houby a dusíme je tak dlouho, až z toho vznikne hodně hustá kaše. Do úplně studené kaše zamícháme vejce, sekanou zelenou petrželku a trochu strouhané housky. Vše dáme na prkénko houskou posypané, uděláme karbanátky jako hrachové, obalíme je moukou, bílky nebo vajíčkem a strouhanou houskou a v rozpáleném másle nebo sádle je po obou stranách usmažíme. Urovnáme je na mísu a ozdobíme dušenou mrkví neb špenátem.

Rozpočet pro 5 osob: 12 *dkg* ovesných vloček - $^3/_8$ *l* osolené vody - 3 *dkg* másla - 10 *dkg* hříbků čerstvých neb 1 *dkg* suchých - 1 *dkg* cibule - 1 vejce - zelenou petržel - 2 *dkg* strouhané housky dovnitř - 3 *dkg* mouky na obalení - 2 bílky nebo 1 vejce - 8 *dkg* strouhané housky - 8 *dkg* sádla nebo převařeného másla.

Kuba s houbami.

Trhané krupky nebo kroupy přebereme a ve slané vodě s kmínem uvaříme do měkka. Česnek utřeme se solí, pepřem a zamícháme se sádlem do krup. Zvlášť uvařené suché houby usekáme a zamícháme do krup. Takto promíchané kroupy dáme do vymazaného pekáče, poklademe nakrájeným máslem nebo sádlem a v troubě upečeme (pečeme 25 minut).

Rozpočet pro 5 osob: 22 *dkg* krupek - sůl - voda - na špičku nože kmínu - 2 stroužky česneku - na špičku nože tlučeného pepře - 4 *dkg* vepřového nebo husího sádla - 1 *dkg* sušených hub - 1 *dkg* sádla na pekáč - na povrch 1 *dkg* másla neb sádla.

Houbové opečenky.

Očištěné hříbky rozkrájíme na plátky a vypereme je ve studené vodě. V kastrole na másle zpěníme si drobně nakrájenou cibulku, vložíme na ni hříbky a dusíme. Když hříbky změknou a všechna voda se vypaří, osolíme, opepříme je, přidáme v mléce namočenou, dobře vymačkanou, na prkénku nožem utřenou žemli, a na plotně podusíme. Poté přilijeme vejce, sladkou smetanu, přisypeme krupici, strouhanou žemli, sekanou zelenou petržel a necháme 20 minut odpočívat. Jakmile směs přiměřeně zhoustne, vykrájíme lžicí stejné kousky a na houskou posypaném prkénku uděláme opečenky (válečky), které v rozpáleném sádle usmažíme do červena. Opečenky podáváme s hlávkovým salátem.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* hříbků - 6 *dkg* másla - 2 *dkg* cibule - sůl - pepř - 3 žemle - (⅛ *l* mléka) - 2 vejce - 2—3 lžíce smetany - 3 *dkg* krupice - 5 *dkg* strouhané žemle - ½ kávové lžičky petrželky. *Na obalení:* 10 *dkg* strouhané žemle na smažení: 15 *dkg* sádla.

Hřiby s vejci.

Očištěné hříbky rozkrájíme a dobře je vypereme ve studené vodě. Pak je vložíme do kastrolu na rozpuštěné máslo a dusíme, až se z nich voda vydusí. Poté přidáme sůl, kmín, vejce a stále míchajíce, necháme houby zahoustnouti. Pak hned pokrm podáváme. Hotové udušené houby nikdy neohříváme. Chceme-li připraviti větší množství pokrmu, přidáme do hub trochu krupice neb podle chuti kyselé smetany.

Smažené hřiby viz předkrmy! Smažený květák str. 55.

Přidáme-li čerstvé hříbky do polévky, udusíme je na másle s cibulkou bez vajec.

Rozpočet pro 5 osob: Asi na 50 *dkg* hříbků - 5 *dkg* másla - sůl - kmín - 2—3 vejce - lžíce krupice.

Suché houby smažené.

V zimě namočíme suché houby do studeného mléka a necháme je několik hodin namočené. Poté je dáme na síto okapati. V kastrole si rozpálíme máslo, houby do něho vložíme, přidáme lžíci osoleného mléka a chvíli je dusíme. Pak přidáme kmín a vejce, houby necháme zahoustnouti, přidáme zelenou sekanou petrželku a podáváme je k čočce nebo jako samostatný pokrm.

Rozpočet pro 5 osob: Na 5 *dkg* suchých hříbků 5 *dkg* másla - sůl - kmín - 2—3 vejce - zel. petrželka - ½ *l* mléka.

c) Příkrmy z mouky.

Houskové knedlíky.

Do prosáté mouky krupičkové (sypké) přidáme sůl a stále míchajíce do ní nalijeme studenou vodu a mléko, ve kterém jsme rozmíchaly žloutky, a zaděláme přiměřeně tuhé těsto (spíše řidší). Na rozehřátém másle si usmažíme na kostečky nakrájené housky, a když vychladly, přidáme je do těsta, které necháme ½ hod. odpočinouti. Pak vykrájíme z těsta stejné kusy, na pomoučeném prkénku uděláme podélné knedlíky, které v osolené, vařící vodě podle velikosti vaříme 15 až 30 minut. Při vaření je nadzvedneme vařečkou, aby nepřilehly na dno kastrolu, a povařené obrátíme. Také můžeme zavářeti knedlíky tak, že si ruce navlhčíme studenou vodou, knedlíky pěkně urovnáme a dáme vařit. Takové nejsou povrchu oslizlé. Uvařené knedlíky silnější nití neb ostrým tenkým nožem nakrájíme na plátky a polijeme rozpáleným máslem nebo posypeme usmaženou strouhanou houskou.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* mouky - sůl - ¼ *l* mléka - ⅛ *l* vody - 2 žloutky - 3 *dkg* másla - 20 *dkg* housky - 3 *dkg* másla na polití - 2 *dkg* strouh. housky.

Obrovský knedlík.

Do osolené, krupičkové mouky nalijeme v mléce umíchaná vejce a zaděláme řidké těsto, asi jako na kapání. Poté do těsta lehce zamícháme na másle usmaženou, na kostečky nakrájenou, vychladlou housku a těsto dáme na 1 hod. odpočinouti. Čistý, mokrý, vyždímaný ubrousek potřeme máslem, těsto do něho nalijeme, zavážeme dvakráte nad sebou a knedlík dáme vařiti do osolené, vařící vody ¼ hod. Pak rozvážeme spodní zavázání a knedlík dále vaříme ještě ¾ hod. (celkem 1 hod.). Hotový knedlík rozkrájíme nití, omastíme a posypeme strouhanou houskou.

Rozpočet pro 5 osob: ⅓ *l* mouky (26 *dkg*) - sůl - ⅓ *l* mléka - 3 celá vajíčka - 20 *dkg* krájené housky - 5 *dkg* másla na housku. — *Na posypání:* 1 *dkg* housky a 3 *dkg* másla - 1 *dkg* másla na ubrousek.

Jemný knedlík.

V míse umícháme máslo se solí, načež přidáme žloutky, v mléce máčené, jemně utřené neb prolisované housky a vše dobře umícháme.

Pak do toho lehce zamícháme na kostky nakrájené housky a z bílků, tuhý sníh. Čistý ubrousek namočíme ve studené vodě, vyždímáme, těsto pomocí velkého cedníku nalijeme do něho, nad těstem výše zavážeme a vaříme v osolené vařící vodě 1 hodinu. Uvařený knedlík nití neb tenkým drátem nakrájíme na lístky, posypeme strouh. houskou a pokropíme máslem. Tento knedlík podáváme ke zvěřině a pod.

Každý knedlík vařený v ubrousku musí býti uvázán na ucha hrnce, aby nepadl ke dnu a nepřipálil se.

Rozpočet pro 5—10 osob: 4 *dkg* másla - sůl - 4 žloutky - 10 *dkg* housky - ⅛ *l* mléka - 15 *dkg* krájené housky - ze 4 bílků sníh - 2 *dkg* másla na pokropení a 1 *dkg* strouhané housky.

Třený knedlík (litický).

Do 10 *dkg* utřeného másla se solí přidáme vždy 1 vejce, 1 lžíci mouky a 1 lžíci mléka. Tak pokračujeme, až je tam 6 vajec, 6 lžic mouky a 6 lžic mléka. Poté přidáme 2 žloutky, těsto dobře vypracujeme, načež do něho zamícháme 20 *dkg* housky na kostečky nakrájené, na másle usmažené a vychladlé a knedlík v ubrousku uvaříme jako předešlý (1 hod.). Hotový vyndáme z ubrousku, nakrájíme, polijeme máslem a podáváme k jemnějšímu masu. Udaný rozpočet stačí pro 5—10 osob. (Na krájenou housku 4 *dkg* másla.)

Knedlík vařený v páře.

Do utřeného másla se solí a žloutky přidáme po lžících smetanu a mouku (těsto jako hustá kapánka) a tlučený květ. Těsto dobře umícháme, načež do něho lehce přidáme na čtverečky nakrájené na másle usmažené rohlíky a z bílků tuhý sníh. Formu na puding (viz Moučníky) nebo také vlhký ubrousek vymažeme máslem, vysypeme strouhanou houskou, těsto do ní nalijeme, uzavřeme a dáme do vařící vody do hrnce. Přikryjeme pokličkou a vaříme v páře 1 hod. Pak knedlík opatrně vyklopíme, nití nakrájíme, pokapeme máslem a podáváme ke zvěřině a pod.

Rozpočet pro 5 osob: 6 *dkg* másla - sůl - 3 žloutky - $^3/_{16}$ *l* smetany - na špičku nože květu - 2 *dkg* másla - 2 rohlíky (nesypané) - 20—25 *dkg* mouky - ze 3 bílků sníh - 2 *dkg* másla a 3 *dkg* housky na vymaz. formy - 2 *dkg* másla na omaštění.

Karlovarský knedlík.

Máslo utřeme se solí do pěny, pak přidáme žloutky, jeden po druhém, po lžících mléko a mouku. Do umíchaného těsta přidáme na másle usmažené, na kostečky nakrájené housky a z bílků tuhý sníh. Těsto vlijeme do máslem potřeného ubrousku, zavážeme jako knedlík obrovský a vaříme jej ve slané vodě 1 hod. Uvařený nití nakrájíme a podáme máslem politý k jemnějšímu masu.

Rozpočet pro 5 osob: 7 *dkg* másla - sůl - 6 žloutků - ¼ *l* mléka - 56 *dkg* mouky - 20 *dkg* housky - 2 *dkg* másla - ze 6 bílků tuhý sníh - 2 *dkg* másla na ubrousek - 3 *dkg* másla na polití.

Třený knedlík k zajíci na smetaně.

Slaninu nakrájíme na kostečky, dáme ji do kastrolu jenom rozehřáti. Pak do ni vložíme na kostečky nakrájené housky, usmažíme je do bledě růžova a dáme vychladnouti. V míse si zatím umícháme do pěny máslo se solí, přidáme celé vejce a žloutky, jeden po druhém, po lžicích mléko, krupičkovou mouku, z bílků tuhý sníh a naposled lehce zamícháme prochladlou housku. Knedlík dáme do máslem vymazaného ubrousku, zavážeme jako obrovský knedlík a také tak jej uvaříme. Vařený knedlík tenkou, režnou nití nakrájíme, pokapeme máslem, posypeme málo strouhanou houskou a podáváme k zajíci.

Rozpočet pro 5 osob: 6 *dkg* slaniny - 45 *dkg* housek - 12 *dkg* másla - 2 vejce - 2 žloutky - sůl - $^{2}/_{3}$ *l* mléka - ze 2 bílků sníh - 25 *dkg* mouky - 2 *dkg* másla na ubrousek - 2 *dkg* másla na polití - 2 *dkg* strouhané housky.

Slaninové knedlíky.

Slaninu nakrájíme na kostečky a dáme ji do kastrolu rozehřáti. Pak do ní nasypeme na kostečky nakrájené housky, které usmažíme do bledě růžova a dáme vychladnouti. Uzené maso uvaříme, nakrájíme na kostečky a dáme rovněž vychladnouti. Zatím si připravíme do mísy mouku a málo soli a stále míchajíce do ní nalijeme studenou uzenou polévku (z uzeného masa) s míchanými celými vejci a žloutkem, vymícháme dobře těsto, asi tak husté jako na husté kapání. Pak do něho zamícháme vychladlou housku se slaninou, uzené maso a těsto necháme 30 minut odpočívati. Z odpočinutého těsta vykrajujeme pomocí malé, vodou navlhčené naběračky knedlíky a vaříme je podle velikosti 15—20 minut. Vařené klademe na síto, hned je natrhneme dvěma vidličkami, načež je urovnáme na mísu a posypeme usmaženou strouhanou houskou a mastíme rozehřátou slaninou. Podáváme k nim dušené kyselé zelí.

Rozpočet pro 5 osob: 10 *dkg* slaniny - 20 *dkg* housky (4 housky) - 33 *dkg* mouky - sůl - ¼ *l* uzené polévky - 2 vejce - 1 žloutek - 20 *dkg* uzeného masa - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* strouhané housky - 2 *dkg* slaniny.

Plněné knedlíky.

Na rozehřáté, nakrájené slanině si usmažíme na kostečky nakrájené rohlíky. Usmažené, prochladlé rohlíky polijeme mlékem, ve kterém jsme umíchaly vejce a sůl, vše lehce promícháme, zahustíme moukou a necháme 1¼ hod. odpočívati. Pak nakrájíme z těsta stejné kousky, každý naplníme připravenou nádivkou, zakulatíme a knedlíky vaříme 12—15 minut. Uvařené popícháme vidličkou, dáme je na mísu, omastíme je rozehřátou slaninou neb sádlem a podáváme k nim zelí.

Rozpočet pro 5 osob: 8 *dkg* slaniny - 5 rohlíků (nesypaných) - ⅛ *l* mléka - sůl - 1 vejce - 8—12 *dkg* mouky.

Nádivka: Vařené uzené maso zamícháme do usmažené, na sádle drobně nakrájené cibulky, přidáme pepř, sekanou zelenou petržel, strouhanou housku a naposled vejce. Dobře promíchanou a úplně studenou nádivkou plníme těsto.

Rozpočet pro 5 osob: 1 ½ *dkg* sádla - 1 *dkg* cibule - 12 *dkg* uzeného vepř. masa z plecka - pepř - zel. petržel - 3 *dkg* housky - 1 vejce.

Kynuté knedlíky.

Rozdrobené droždí dáme do hrnečku, přidáme k němu na špičku nože tlučeného cukru a dobře umícháme. Pak přidáme trochu mouky a vlahého mléka, zamícháme a dáme na teplé místo vykynouti. Za malou chvíli droždí začne kynouti a můžeme je nalíti do připravené, osolené, prosáté krupičkové mouky. Pak přidáme ostatní vlahé mléko, ve kterém jsme umíchaly žloutky, a těsto (které musí býti tuhé) tak dlouho pracujeme vařečkou, až je lesklé. Z vypracovaného těsta vařečku vyndáme, těsto pěkně do mísy urovnáme, posypeme trochou mouky, přikryjeme čistým ubrouskem a dáme vykynouti na teplé místo. Když těsto vykyne tak, že je ho o polovinu více, nakrájíme z něho lžicí kousky, uděláme kulaté knedlíky, klademe je na pomoučené prkénko, přikryjeme ubrouskem a dáme opět vykynouti na teplé místo. Mezi kynutím knedlíky jednou obrátíme, aby byly všude stejně kulaté. Pak je vložíme do kastrolu do vařící osolené vody, přikryjeme poklicí a vaříme je podle velikosti 5 až 8 minut, při čemž je obrátíme. Uvařené rychle vyndáme na síto, propícháme vidličkou, nebo je natrhneme dvěma vidličkami, dáme na mísu a posypeme usmaženou strouhanou houskou. Tyto knedlíky podáváme k masu.

Rozpočet pro 5 osob: 1 ½ *dkg* droždí - na špičku špičatého nože cukru - 45 *dkg* mouky - sůl - ¼ *l* mléka - 2 žloutky - 3 *dkg* másla na polití - 2 *dkg* strouh. housky

Knedlík houskový „Pálffy".

Na kostečky nakrájené housky zamícháme do rozehřáté slaniny a dáme vychladnouti. Pak je polijeme mlékem. V míse umícháme máslo, sůl, žloutek a vejce, přimícháme slaninu s navlhčenou houskou, těsto zahustíme moukou a dobře promícháme. Vodou navlhčený ubrousek potřeme máslem, těsto do něho vložíme, zavážeme a ve vařící vodě knedlík vaříme 1 hod. Pak ho nití nakrájíme, polijeme máslem a posypeme strouhanou kůrkou housky.

Rozpočet pro 5 osob: 25 *dkg* housek - 5 *dkg* slaniny - ⅛ *l* mléka - 6 *dkg* másla - 1 žloutek - 1 vejce - sůl - 12 *dkg* mouky - 2 *dkg* másla na ubrousek - 3 *dkg* másla - 1 *dkg* housky.

Houskové knedlíčky.

Do utřeného másla se solí zamícháme vejce (jedno po druhém). Pak přidáme mlékem navlhčenou strouhanou housku, tlučený květ a zelenou petržel. Těsto dobře umícháme, načež do něho přidáme podle potřeby strouhanou housku. Uděláme malé knedlíčky, které v osolené vodě vaříme 5 minut.

Z těsta nejdříve uděláme jeden knedlíček a dáme jej uvařiti na zkoušku, a je-li příliš měkký, přidáme ještě trochu strouhané housky. Tyto knedlíčky podáváme k zadělávanému masu, ke drůbkům a pod.

Rozpočet pro 5—10 osob: 10 *dkg* másla - sůl - 3 vejce - 10 *dkg* strouh. navlhčené housky - 4 lžíce mléka - 15 *dkg* suché strouhané housky - zel. petržel - tlučený květ.

Třené moučné noky.

V míse umícháme do pěny máslo se solí, načež přidáme vejce a po lžicích mléko a mouku. Těsto řádně vypracujeme a namočenou lžicí vykrajujeme podélné noky do vařící osolené vody a povaříme je 8 minut. Pak je vyndáme a polijeme rozpáleným máslem, anebo je posypeme usmaženou houskou.

Rozpočet pro 5 osob: 4 *dkg* másla - sůl - 1 vejce nebo 2 žloutky - ⅛ *l* mléka - 26 *dkg* mouky - 2 *dkg* másla na polití - 5 *dkg* strouhané žemle.

Noky z kyselé smetany.

V kyselé smetaně umícháme žloutky a vše stále míchajíce, nalijeme do osolené, prosáté krupičkové mouky a dobře vypracujeme hladké těsto. Hrnek vymažeme syrovým máslem, těsto do něho nalijeme, přiklopíme dobře pokličkou a dáme do většího hrnce s vařící vodou, který rovněž přikryjem poklicí. Těsto vaříme v páře asi ½ hod. Z uvařeného těsta nakrájíme lžičkou noky, které obalíme ve strouhané, na másle usmažené housce a podáváme je k masu.

Rozpočet pro 5 osob: ⅓ *l* husté kyselé smetany - 4 žloutky - 20 *dkg* mouky - sůl - 2 *dkg* másla na vymaz. nádoby - 3 *dkg* másla na usmaž. - 2 *dkg* housky.

Koblížky z páleného těsta.

Do mléka dáme máslo, postavíme je na plotnu, a když se začne vařiti, nasypeme do něho krupičkovou mouku a mícháme tak dlouho, až z toho vznikne hustá kaše, která se nechytá ani kastrolu, ani vařečky. Pak dáme těsto vychladnouti. Do úplně studeného přidáme sůl, vejce a žloutky, jeden po druhém, a mícháme tak dlouho, až je těsto hladké. Pak z něho uděláme lžicí a nožem kulaté koblížky, které po obou stranách usmažíme do růžova. Podáváme je k masu.

Rozpočet pro 5 osob: ¼ *l* mléka - 3½ *dkg* másla - ¼ *l* (16 *dkg*) mouky - sůl - 2 vejce - 2 žloutky - 15 *dkg* sádla nebo převařeného másla.

Cezené nudle.

Na vál si prosijeme mouku, uděláme do ní důlek, přidáme vejce a vypracujeme tuhé těsto. Pak je rozdělíme na tři díly, každý vyválíme na stéblo silnou kulatou placku a dáme na čistou utěrku usušiti. Z usušených placek nakrájíme stejné pruhy, složíme na sebe, načež krájíme nudle ½ *cm* široké a dáme je vařiti 6 minut do přesolené vody. (Těsto se nesolí, neuschlo by.) Uvařené nudle prolijeme čistou, teplou vodou, dáme okapati, načež je polijeme máslem a promícháme nebo posypeme smaženou houskou. Nudle podáváme k telecí pečeni, ale i k jiným masům, nebo je posypeme strouhaným tvarohem, polijeme máslem a podáváme jako moučník.

Také se mohou nudle promíchati na kostečky nakrájenou, rozehřátou slaninou, na másle smaženou cibulkou, strouhanou houskou a podusiti, načež se teprve podávají k masům.

Rozpočet pro 5 osob: 30 *dkg* hladké mouky - 3 vejce - sůl - 5 *dkg* másla - 2 *dkg* strouhané housky.

Makarony.

Připravíme si měkké nudlové těsto, vyválíme je a hned nakrájíme na čtverečky 3 *cm*², pomocí špejle zatočíme na makarony a usušíme je. Pak je v přesolené vodě vaříme 10 minut. Uvařené prolijeme jako nudle a obalíme je ve strouhané, na másle smažené housce. Též je můžeme podávati jen maštěné nebo posypané sekaným uzeným masem neb šunkou, nebo strouh. parmezánským sýrem.

Koupené hotové makarony neb spagetti vaříme 20 minut.

Rozpočet pro 5 osob: 35 *dkg* hladké mouky - 4 vejce - sůl do vody - 5 *dkg* másla - 3 *dkg* strouh. housky - 5 *dkg* libového uzeného masa - 2 *dkg* parmez. sýra.

Makarony s rajskými jablíčky.

Ve slané vodě povaříme 8 minut makarony. Vařené prolijeme studenou vodou a dáme na cedníku odkapati. Ohnivzdorný kastrol vymažeme máslem, na dno kastrolu upravíme $^1/_3$ makaronů, poklademe ji na kolečka nakrájenými rajskými jablíčky, pokapeme máslem, posypeme strouhanou žemlí a strouhaným ementálským nebo slovenským sýrem, nato dáme zase makarony, rajská jablíčka, máslo, žemli a sýr a poslední díl makaronů. Takto upravený pokrm zalijeme mlékem a v troubě upečeme.

Rozpočet pro 5 osob: 25 *dkg* makaronů - 1 polévková lžíce soli do vody na vaření - 50 *dkg* rajských jablíček - 6 *dkg* másla - 4 *dkg* ementálského sýra nebo slovenského sýra - 3 *dkg* strouhané žemle - ⅛ *l* mléka - 2 *dkg* másla na vymazání kastrolu.

Nudlové čtverečky s houbami.

Z oschlých nudlových placek nakrájíme si čtverečky 12 *mm*² a uvaříme je v přesolené vodě. Pak je prolijeme čistou vlažnou vodou, dáme okapati, načež do nich zamícháme na másle usmažené, na lístky nakrájené hřiby a přisolíme je. Pekáč vymažeme máslem, čtverečky do něho urovnáme, zalijeme mlékem s umíchaným vajíčkem a upečeme je v troubě do růžova. Hned vyklopíme a podáváme.

Rozpočet pro 5 osob: 30 *dkg* mouky - 3 vejce - sůl do vody - 3 *dkg* másla - 3 hřiby - ⅛ *l* mléka - 1 vejce - 2 *dkg* másla.

Nudlové čtverečky s uzeným masem. (Halušky.)

Z usušených nudlových placek nakrájíme si čtverečky 12 *mm*² a uvaříme je v osolené vodě, do které jsme přidaly polévku z uzeného masa. Vařené dáme na síto vychladnouti. V míse si do pěny umícháme

máslo se solí, přidáme žloutky a vše znovu umícháme. Pak přidáme studené nudlové čtverečky, uvařené, usekané, studené uzené maso a vše promícháme. Naposled zamícháme do směsi zlehka z bílků tuhý sníh. Pekáč vymažeme syrovým máslem, vysypeme strouhanou houskou, naplníme směsí, urovnáme, zalijeme smetanou a dáme péci do dobře vyhřáté trouby ½ hodiny. Upečené vyklopíme na mísu a horké podáváme.

Rozpočet pro 5 osob: 30 *dkg* mouky a 3 vejce na těsto - 4 *dkg* másla - sůl - 2 žloutky - 30 *dkg* uzeného masa (raménka a bůček) - ze 2 bílků sníh - 2 *dkg* másla na vymazání - 2 *dkg* strouh. housky na vysypání - ¼ *l* sladké smetany nebo mléka .

Smažené košíčky.

Do osolené mouky nalijeme mléko, ve kterém jsme umíchaly vejce (těsto musí býti řídké), načež do těsta přidáme bílé víno a znovu dobře umícháme. Košíčkovou formičku s dlouhou násadkou dáme do hrnečku do rozpáleného tuku a necháme ji tam, až se dobře prohřeje. Pak ponoříme vnější stranu košíčku do řídkého těsta, načež formičku s těstem rychle vložíme zpět do rozpáleného tuku a košíček usmažíme do růžova. Potom pomocí vidličky upečený košíček dáme na talíř, formičku opět dáme prohřáti, znovu namočíme do těstíčka, usmažíme a tak pokračujeme, až máme všecko těstíčko usmaženo. Košíčky plníme různou dušenou zeleninou a obkládáme jimi maso, na př. dušený roštěnec a pod. Také plníme košíčky masovou míšeninkou (viz Předkrmy) a podáváme je na míse vyložené ubrouskem a ozdobené zelenou petrželkou jako předkrm.

Rozpočet pro 5 osob: 6 *dkg* hladké mouky - 6 *dkg* krupičkové mouky - sůl - 1 vejce - $^1/_{16}$ *l* mléka - $^1/_{16}$ *l* bílého vína - 20 *dkg* sádla neb 20 *dkg* převař. másla.

Koláčky z parmezánského sýra.

Mléko, máslo, sůl a parmezán necháme přijíti k varu. Do vařícího nasypeme mouku a těsto mícháme, až se ani kastrolu, ani vařečky nechytá, a pak je dáme vychladnouti. Do studeného dobře zamícháme vejce a 1 žloutek. Plech potřeme máslem, z těsta uděláme lžíci a kulatým nožem koláčky, potřeme je žloutkem, posypeme strouhaným parmezánským sýrem a rychle je upečeme v horké troubě. Teplé podáváme.

Rozpočet pro 5 osob: ¼ *l* mléka - 6½ *dkg* másla - sůl - 8 *dkg* parmezánského sýra - 14 *dkg* mouky - 2 vejce - 1 žloutek (1 žloutek na potření) - 1 *dkg* másla - ½ *dkg* parmezánského sýra.

Houskové lívanečky.

V osoleném mléce umícháme žloutky a strouhané housky kůrky zbavené. Pak do toho přidáme z bílků tuhý sníh. Ohřátý lívanečník vymažeme rozehřátým máslem, těsto do něho po lžících nalijeme a lívanečky upečeme na obou stranách do růžova. Potom horkými lívanečky obkládáme maso.

Rozpočet pro 5 osob: ¼ *l* mléka - sůl - 3 žloutky - 12 *dkg* strouh. bílých housek - ze 3 bílků sníh - 6 *dkg* másla.

Omeletové nudle k masu.

Do hrnce si připravíme mouku a sůl, načež do ní nalijeme v mléce umíchané vejce a vymícháme řídké těsto. Omeletovou pánev vymažeme rozehřátým máslem, lžíci těsta na ni nalijeme a po obou stranách upečeme. Hotové omelety nakrájíme na pruhy, načež krájíme nudle, klademe je do rozehřátého másla, dobře promícháme a podáváme je k telecímu masu. Může to být na př. karlovarský kotouč, telecí závitek s moravskou klobásou a pod.

Rozpočet pro 5 osob: 12½ *dkg* mouky - sůl - ¼ *l* mléka - 1 vejce - 5 *dkg* másla - 2 *dkg* másla na omaštění.

Kynutý kotouč ke zvěřině.

Do osolené krupičkové mouky nalijeme vykynutý kvásek, ve vlahém mléce umíchaný žloutek a rozehřáté máslo. Těsto, které musí býti přiměřeně tuhé, vařečkou dobře vypracujeme a dáme utěrkou přikryté vykynouti na teplé místo. Zatím si připravíme na vál ubrus, pomoučíme jej, vykynuté těsto na něm vyválíme, potřeme rozpuštěným máslem, zavineme, kotouč položíme na pomaštěný plech a dáme na teplé místo vykynouti. Pak jej povrchu potřeme máslem a v horké troubě upečeme do růžova. Upečený, prochladlý nakrájíme na šikmé řezy, každý řez ozdobíme brusinkami a podáváme je ke zvěřině.

Rozpočet pro 5 osob: 20 *dkg* mouky - sůl - 1 *dkg* droždí - ⅛ *l* mléka - 3 *dkg* másla - 1 žloutek - 5 *dkg* másla - 1 *dkg* másla na potření.

Škvarečkové placičky.

Z hladké mouky, málo soli, vlažné vody, sádla a vajíčka připravíme těsto jako na jablkový závin (viz str. 288), načež do dobře vypracovaného zamícháme na vále sekané neb na strojku umleté škvarečky. Pak těsto vyválíme, složíme dvakrát, po délce i šířce opět vyválíme a nakrájíme na stejné kousky. Každý vyválíme na tenkou placičku, nožem ji ozdobíme, složíme na suchý plech a placičky upečeme do růžova v dobře vytopené troubě.

Placičky můžeme též připraviti z kynutého těsta (viz kynuté knedlíky str. 205). Když těsto vykynulo, zamícháme do něho umleté škvarečky a pak uděláme placičky, které upečeme na sádlem potřeném plechu. Nebo si připravíme bramborové těsto jako na bramborové smaženky (viz str. 193), zamícháme do něho umleté škvarečky a na sádlem potřeném plechu je upečeme. Placičky možno připraviti též při úpravě jablkového závinu z okrájeného těsta.

Rozpočet pro 5 osob: I *závinové těsto:* 15—20 *dkg* hladké mouky - sůl - 1/16 *l* vody - 1 vejce - 1 *dkg* sádla - 10 *dkg* škvarečků.

II. *kynuté těsto:* 25 *dkg* krupič. mouky - sůl - 1 *dkg* droždí - ⅛ *l* mléka - 1 vejce - 12 *dkg* škvarečků - 1 *dkg* sádla na plech.

III. *bramborové těsto:* 25 *dkg* brambor - sůl - 12 *dkg* mouky - 1 menší vejce - 12 *dkg* škvarečků - 1 *dkg* sádla na plech.

Škvarkové placky. (Pogáče.)

Vepřové studené škvarečky jemně usekáme. Na vál prosijeme mouku, rozsekáme do ní tuhé vepřové sádlo, vše dáme do mísy, osolíme, opepříme, přilijeme vykynutý kvásek, vejce, lžíci vína a vypracujeme těsto. Pak dobře zamícháme do těsta škvarečky, těsto dáme na pomoučený vál, rozválíme a dvakráte přeložíme jako lístkované máslové těsto. Těsto přikryjeme a dáme vykynouti. Vykynuté těsto vyválíme na 1 *cm* silně, koblihovým kroužkem vykrájíme placičky, složíme je na suchý plech, povrchu je potřeme vejcem a nožem lehce naznačíme (nakrájíme) mřížky. Placičky upečeme v horké troubě do červena. Podáváme k čaji.

Rozpočet pro 5 osob: 12 *dkg* vepřových škvarků - 50 *dkg* mouky (hladké a krupičkové dohromady) - 18 *dkg* sádla - ⅛ *l* mléka - 2 *dkg* droždí - sůl - 1 lžíce bílého vína - 1 vejce dovnitř a 1 vejce na potření.

Polenta.

Do čistého rybího odvaru nebo vařící vody nasypeme stále míchajíce kukuřičnou jemnou krupici, sůl, tlučený bílý pepř, utřený česnek a vaříme tak dlouho, až vznikne hustá kaše. Horkou kaši rychle nalijeme do plechové věncové formy studenou vodou vypláchnuté a necháme trochu vychladnouti. Poté polentu vyklopíme na kulatou mísu, povrchu pokapeme rozškvařeným máslem, posypeme sekanou zelenou petrželkou a podáváme k brodettu. (Viz „Brodetto di pesce".) Polentu podáváme též samostatně, ale posypeme ji ještě strouhaným parmezánem anebo ementálským sýrem.

Rozpočet pro 5 osob: 1 litr slané vody neb rybího odvaru -25 *dkg* kukuřičné krupičky nebo mouky - na špičku nože utřeného česneku - na špičku nože pepře- 2 *dkg* másla na polití - zelená petržel - 2 *dkg* parmezánského nebo 5 *dkg* ementálského sýra.



VIII. O ZELENINĚ

Zelenina a její úprava jsou velmi důležity pro lidskou výživu. K zelenině patří různé jedlé části rostlin, jako kořeny (mrkev, petržel, celer, ředkev, ředkvička, černý kořen, cibule, česnek, červená řepa, vodnice), nebo zdužnatělé stonky (brukev, pórek) nebo zdužnatělá květenství (květák). Vedle toho se pěstují zeleniny listnaté, k nimž počítáme různé druhy zelí, kapustu, špenát, salát a pod.

Dobrá zelenina budiž mladá, neuvadlá a dobře vyvinutá. Nešetřme při koupi zeleniny, neboť dráže koupí hospodyňka, která si vybere zeleninu sice lacinou, ale z níž musí odkrájeti ohnilé, nepotřebné kořeny a zkažené listy. Listnaté zeleniny, jako špenát, salát, kapusta, mají míti svěží, zelenou barvu, listy křehké. Kořenová zelenina má kořeny tvrdé, hladké, ne příliš velké. Dobré okurky jsou též hladké, tvrdé, prostřední velikosti a pěkně zelené. Okurky se žlutými skvrnami bývají hořké.

Jednotlivé druhy zelenin.

Nejznámější jest *petržel*, z níž se používá jak kořene, tak i nati. Velice se jí podobá *kozí pysk*, který roste často mezi ní. Poznáváme jej však

podle nepříjemného zápachu, rozemneme-li jeho listy. Jemnější odrůda petržele jest petrželka kadeřavá, jejíž nati se používá na ozdobu pokrmů.

Celer se podobá svými listy poněkud petrželi, jeho kořen však jest tvaru spíše kulovitého. Používáme nati i kořene. Z celeru se připravuje velmi chutný celerový salát.

Mrkev patří k rostlinám okoličnatým. Roste často planě u cest a na lukách. Pěstujeme-li ji, zdužnatí její kořen, který jest barvy červenooranžové. Zvláštní jemný druh mrkve, který má kořeny krátké a tlusté, se nazývá *karotka.*

Brukev má lodyhu těsně u země hlízovitě zduřenou. Zraje záhy z jara, a dokud jest mladá, jest chuti velice jemné. Staré brukve jsou dřevnaté a těžko stravitelné.

Kapusta se pěstuje v mnoha odrůdách a její listy, které jsou svrasklé, tvoří měkkou hlávku. Obsahuje poměrně dosti bílkovin, málo však tuku, a proto se hodí k tučným pokrmům.

Zelí se kapustě dosti podobá, jeho listy jsou však hladké a světlejší barvy. Tvoří hlávky kulaté, tvrdé. Čím jest hlávka zelí kulatější a tvrdší, tím jest lepší. Zelí upravujeme jednak syrové, jednak je nakládáme. Kyselé zelí jest velice zdravé a možno je jísti i syrové.

Květák jest zelenina velice jemná. Tvoří tvrdou hustou růži zakrnělých květů. Čím jest květák hustší a bělejší, tím jest lepší.

Špenát jest nejvýživnější ze všech zelenin listnatých, neboť obsahuje nejvíce železa. Proto se doporučuje často nemocným a dětem, zvláště chudokrevným. Jest zeleninou u nás velice oblíbenou.

Rajské jablíčko náleží mezi lilkovité rostliny. Natí se podobá velice bramboru. Tvoří krásné červené bobule, které jsou v kuchyni oblíbeny a připravuje se z nich nejčastěji omáčka. Rajských jablíček se používá též ke zlepšení polévek a omáček.

Velice oblíbena jest *okurka.* Původ její jest ve Východní Indii a pěstuje se u nás v mnohých odrůdách. Upravuje se z ní salát, který však jest dost těžko stravitelný a není radno jej jísti ve velkém množství. Menší druhy okurek se nakládají do octa se solí.

Velmi hledanou zeleninou jest *chřest.* Jsou to mladé výhonky stejnojmenné rostliny, které vyrůstají na jaře z přezimujícího oddenku. Poskytují velmi jemný chutný pokrm.

Pór jest rostlina liliovitá a užívá se ho pro kořennou chuť do polévek.

Mezi liliovité zeleniny patří *cibule kuchyňská,* bez níž by se kuchařství sotva obešlo. Používá se jí jak do polévek, tak i pod různá masa a jiné pokrmy, kterým dodává příjemné chuti.

Česnek kuchyňský má mnoho společného s cibulí. Jeho cibulka jest rozdělena na stroužky, které silně zapáchají, a proto se ho používá menším množstvím. Česnek má vlastnost antiseptickou. Doporučuje se k úpravě jídel, které nadýmají, na př. luštěniny. Polévky kořeněné česnekem budeme podávat k čerstvému pečivu z kynutého těsta, které rovněž způsobuje nadýmání.

Natě *pažitky* se používá k okořenění různých polévek a omáček.

Červená řepa má tvrdé, zdužnatělé lodyhy červené barvy. Nejčastěji se vaří a nakládá do octa. Takto upravená poskytuje velice chutný příkrm k hovězímu masu.

Oblíbeny jsou též různé druhy *ředkve* a *ředkvičky*, které se jedí syrové. Jejich ostrá chuť pochází od silice hořčičné, která dráždí ústrojí zažívací, a proto se jí požívati nemá ve větším množství.

Podle chemického složení jsou zeleniny velice málo výživné, neboť obsahují asi 85% vody, 5—10% uhlohydrátů, asi 1—2% bílkovin, nepatrné množství tuku a buničiny. Jsou však tím důležity, že obsahují různé soli a vitaminy, jež jsou nevyhnutelny pro lidský organismus. Vitaminy jsou látky, jejichž pravá podstata a složení není ještě objasněno. Podařilo se pouze zjistiti, že jejich přítomnost v potravinách jest nezbytná pro vzrůst a výživu lidského těla.

Věda rozděluje vitaminy podle vlastností, jakými se projevují, na tři skupiny: A, B, C.

Všechny tři druhy vitaminů nebývají vždy současně přítomny v každé potravině a též jejich množství jest různé.

Vitamin *A* má velkou důležitost pro vzrůst a zdravý vývoj kostí, a proto jest potřebný nejvíce dětem. Jeho nedostatek zaviňuje u dětí křivici, různé záněty oční a též velkou náchylnost k infekčním chorobám. Jest jim bohato nesbírané mléko, smetana, máslo, vaječný žloutek a některé *druhy zelenin*, na př. hlávkový salát, špenát, květák, mrkev, zelí, kapusta a pod.

Vitamin *B* má velký vliv na soustavu nervovou a jeho nedostatek vyvolává rozličné choroby výživy a poruchy nervové soustavy. Jest obsažen hlavně v potravinách z říše rostlinné, na př. v luštěninách, kvasnicích, mléce, smetaně, v čerstvém ovoci (švestky, jablka, pomeranče, ořechy atd.) a též ve *všech druzích čerstvé zeleniny*, nejvíce v rajském jablíčku.

Vitamin *C* jest obsažen v syrovém ovoci a *syrové zelenině*. Úpravou zeleniny se jeho účinek sice poněkud ruší, přece vždy zůstává dosti veliký.

Z toho poznáváme, že zelenina obsahuje všechny tři druhy vitaminů a že jest tedy pro výživu lidskou velice prospěšna. Zelenina má tvořiti součást každodenní naší potravy a má jí býti při nejmenším použito vždy do polévky.

Záleží však mnoho na úpravě zeleniny, aby byla pokrmem chutným a přidáním různých součástí i pokrmem výživným. Před úpravou zeleninu lehce očistíme a rychle ji ve studené vodě vypereme, aby se dlouho nemáčela. Některou zeleninu (zelí, kapustu) napřed spaříme, čímž ji zbavíme nepříjemného zápachu.

Chceme-li zeleninu vařiti, vkládáme ji do vařící vody, nevaříme ji však zbytečně dlouho, aby všechna její výživnost nepřešla varem do polévky. Při vaření bobtnají zrnka škrobová v zelenině obsažená, voda jednotlivé buňky od sebe odděluje, čímž se stává zelenina měkkou a schopnou požívání.

Zeleniny obsahují nepatrné množství tuku a proto jest třeba úpravou tento nedostatek napraviti a dodati pokrmu potřebné množství tuku. Nejčastěji se upravuje zelenina s máslem. Chutný jest též tuk s polévek. Na zelí a kapustu se hodí sádlo. Přílišně mastiti se zelenina nemá, neboť tím se ubírá její původní chuť. Polévka, ve které se zelenina vaří, obsahuje různé cenné součástky, a proto se jí používá k přípravě polévek, omáček, k podlévání masa a pod.

a) Úprava zeleninových pokrmů.

Dýně na smetaně.

Zelenou dýni rozkrájíme, dužinu s jádry lžící oškrábeme, načež dýni oloupáme, opereme a nakrájíme na nudličky neb kostečky. Dáme je na mísu, polijeme octem a necháme státi ¼ hodiny. Na másle si zasmažíme drobně nakrájenou cibuli, přidáme trochu cukru, dýni tam vložíme, osolíme, opepříme, zalijeme vodou a dusíme. Pak zahustíme dýni řídkou máslovou jíškou, přidáme kyselou smetanu a sekaný kopr a vše dobře povaříme. Týmž způsobem upravujeme salátové okurky. Dýni podáváme k masu nebo s brambory.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* dýně - 2 lžíce octa - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* cibule. — *Jíška:* 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky - 1 *dkg* cukru - sůl - tluč. pepř - ⅛ *l* smetany - čerstvý kopr.

Brukev mladá s máslem.

Úplně mladou brukev (kedlubny) oloupáme, mladé lístky oddělíme. Pak brukev lehce opereme a nakrájíme na stejné nudle, vložíme do kastrolu, zalijeme vařící polévkou nebo vodou, osolíme a dusíme do měkka. Poté brukev lehce zaprášíme moukou, přidáme čerstvé máslo, usekané spařené mladé lístky malou chvíli povaříme a podáváme. Místo brukvových lístků můžeme přidati sekanou zelenou petrželku a tlučený pepř. Mladou mrkev karotku připravujeme právě tak.

Rozpočet pro 5 osob: 6 brukví - ¼ *l* polévky - sůl - 1 *dkg* mouky - 5 *dkg* másla - zelená petržel - tlučený pepř - 1 lžíce spařených mladých sekaných lístků brukví - (nebo 50 *dkg* mrkve karotky).

Brukev dušená (kedlubny).

Mladou brukev oloupáme, opereme, na lístky nebo nudličky nakrájíme a dáme dusiti na máslo, na kterém jsme usmažily drobně nakrájenou cibuli a trochu cukru. Osolíme, opepříme, a když se vlastní šťáva vydusí, podlijeme ji vodou, ve které jsme vyvářely dřevnaté části brukve, které jsme odložily při krájení. Brukev zaprášíme moukou nebo zahustíme světležlutou jíškou, přidáme do ní malé, oprané, usekané lístky z brukve a vše udusíme do měkka. Starší brukev povaříme ve slané vodě a pak ji dusíme jako mladou brukev, ale místo lístků přidáme do ní sekanou zelenou petrželku. Též můžeme připraviti brukev bez cibulky.

Do udušené brukve můžeme přidati čerstvý zelený hrášek, který v brukvi chvíli dusíme. 15 *dkg* zeleného hrášku.

Rozpočet pro 5 osob: 6 brukví (svazek) - 5 *dkg* másla - 2 *dkg* cibule - 1 *dkg* cukru - sůl - tluč. pepř - 2 *dkg* mouky - zel. petržel - jíška na starší brukev ze 2 *dkg* másla a 1 ½ *dkg* mouky.

Brukev s brambory.

Na cibulce, kterou jsme drobně nakrájely a usmažily na másle, dusíme sekanou zelenou petrželku a osolenou, opepřenou, na lístky

nakrájenou brukev. Mezitím oloupáme syrové brambory, nakrájíme je na kostky, opereme, přidáme k brukvi, podlijeme a vše udusíme do měkka. Pak zahustíme brukev světležlutou jíškou, okořeníme muškátovým oříškem, povaříme a podáváme jako samostatný pokrm.

Rozpočet pro 5 osob: 6 brukví (svazek) - sůl - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* cibule - zel. petržel - 4 zrnka tluč. pepře - asi 5 bramborů - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky - na špičku nože muškátového oříšku.

Brukev na smetaně (kedlubny).

Oloupanou brukev nakrájíme na kostky a vložíme ji na rozpálené máslo a dusíme 4 minuty. Pak ji zalijeme slanou vodou a udusíme do měkka. Z másla, cukru a mouky připravíme si žlutou máslovou jíšku, zředíme ji vodou z brukve, přidáme sůl, brukev, zelenou petržel a pepř. Hustou kyselou smetanu umícháme s citronovou šťávou, ohřejeme ji brukvovou omáčkou, načež ji nalijeme do ostatní brukve a vše dobře prohřejeme. Takto upravenou brukev podáváme s uvařenými brambory.

Rozpočet pro 5 osob: 1 *kg* oloupané brukve - 2 *dkg* másla - sůl - 2 *dkg* cukru - 4 *dkg* másla - 5 *dkg* krupič. mouky - pepř - ¼ *l* kyselé smetany - 1 lžíci citronové šťávy.

Nadívaný patližán (lilek modrý).

Neloupané patližány nakrájíme na 1 *cm* silná kolečka, spaříme je slanou vodou a dáme okapati. Poté každé kolečko máčíme v rozkloktaném vejci, obalíme moukou a v rozpáleném oleji nebo převařeném másle usmažíme do růžova.

Zvlášť si připravíme náplň takto: Do kastrolu na másle zpěníme ustrouhanou cibuli, sekanou zelenou petržel a zelencu sladkou rozsekanou papriku. Do zpěněné směsi přidáme umleté vepřové anebo hovězí a vepřové maso, usekanou slaninu, do měkka zvlášť udušenou rýži, podle chuti směs osolíme, opepříme, zalijeme kyselou smetanou a dusíme (asi 30 minut). Potom směs odstavíme a zamícháme do ní vejce. Čistý, přiměřeně velký ohnivzdorný kastrol (v průměru 20 *cm*) lehce vymažeme máslem, na dno kastrolu nakládáme vrstvu smažených patližánů a osolíme. Nato rozetřeme vrstvu náplně, pokapeme ji kyselou smetanou a opět dáme vrstvu patližánu a tak postupujeme dále do naplnění kastrolu. Povrch poklademe na plátky nakrájenými rajskými jablíčky. Celek pokapeme kyselou smetanou a dáme péci do horké trouby na 15—20 minut. Pokrm podáváme v nádobě, ve které se pekl.

Rozpočet pro 5 osob: 4 větší patližány (lilky) - sůl - 2 vejce - 8 *dkg* mouky - ⅛ *l* oleje neb 15 *dkg* převařeného másla. *Náplň:* 2 *dkg* másla - 2 *dkg* cibule - 2 *dkg* zelené petržele - 1 zelená sladká paprika - 50 *dkg* vepřového masa anebo 25 *dkg* vepřového a 25 *dkg* hovězího masa - 3 *dkg* slaniny - 2 lžíce dušené rýže - sůl - pepř - 3 lžíce kyselé smetany - 1 vejce. *Na pečení do kastrolu:* 2 *dkg* másla. *Na pokapání a zalití:* 8 lžic smetany - 3 rajská jablíčka.

Patližány se zeleninou. (Lilek.)

Kořenovou zeleninu očistíme, nakrájíme na nudličky, vložíme na rozehřátý olej a usmažíme do měkka. Patližán (lilek) oloupeme (může

býti i neloupaný), nakrájíme na plátky, osolíme, obalíme lehce moukou a v rozpáleném oleji usmažíme. Na dno máslem vymazaného kastrolu upravíme vrstvu smažené zeleniny, usmažený patližán, syrovou nakrájenou sladkou papriku a nakrájená rajská jablíčka. Kastrol přiklopíme poklicí a pokrm dusíme v troubě 15—20 minut. Udušenou zeleninu upravíme na mísu a podáváme k ní nakrájený chléb.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* zeleniny (celer, mrkev, petržel) - 6 *dkg* oleje - 5 velkých patližánů (lilků) - sůl - 5 *dkg* mouky - 4 *dkg* oleje - *Na kastrol:* 2 *dkg* másla - 1 baňatá zelená paprika - 10 rajských červených jablíček.

Kaviár z patližánů. (Lilků.)

Očištěné lilky upečeme v troubě jako brambory. Poté je dobře utřeme, dáme do mísy, osolíme, přikapeme stále míchajíce olivový olej, trochu octa, přidáme prolisovanou dužinu z rajských jablíček a opepříme bílým pepřem. Krajíčky chleba potřeme máslem, pak připraveným kaviárem a podáváme k čaji.

Rozpočet pro 5 osob: 3 patližány (lilky) - 1 lžička soli - 4 lžíce olivového oleje - 2 lžíce octa - tlučený bílý pepř - ze 2 rajských jablíček prolisovanou dužinu - 10 *dkg* čajového másla - 10 krajíčků chleba nebo dlouhé žemle.

Lilek s rajskými jablíčky.

(*Aubergines à la tomates.*)

Lilky jedlé nakrájíme na kolečka asi 1 *cm* silná, osolíme je, opepříme, obalíme v mouce a v rozpáleném másle usmažíme do zlatova. V jiném kastrole rozpálíme máslo, do něho vložíme očištěnou mrkev, cibuli, nakrájenou na nudličky, tymián a bobkový list. Chvíli vše smažíme, načež zeleninu zaprášíme moukou a jíšku upražíme do žluta. Rajská jablíčka rozkrájíme, přidáme do jíšky, zalijeme hovězí neb z kostí polévkou, okořeníme pepřem, osolíme a osladíme je cukrem. Můžeme přidati též utřený česnek. — Omáčku vaříme na mírném ohni asi ½ hod., občas jí míchajíce. Poté ji prolisujeme, opět povaříme, načež do ní vložíme připravené smažené plátky lilku a přidáme po kouscích čerstvé máslo. Hotový pokrm dáme na mísu, posypeme zel. sekanou petrželkou a podáváme.

Rozpočet pro 5 osob: 5 lilků - sůl - pepř - 6 *dkg* mouky - 5 *dkg* másla - 2 *dkg* másla na usmažení zeleniny - 5 *dkg* mrkve - 2 *dkg* cibule - tymián - 1 bob. list - 1½ *dkg* mouky - 40 *dkg* rajských jablíček - ¼ až ½ *l* polévky - 1 stroužek česneku - 1 *dkg* cukru - 3 *dkg* másla - zel. petržel.

Smažený lilek.

Oloupaný lilek nakrájíme na 1½ *cm* silné plátky. Poté je osolíme, obalíme v mouce, vajíčku a strouhané žemli a usmažíme je v rozpáleném sádle neb převařeném másle do červena. Smažené upravíme na mísu a horké podáváme. Hodí se k nim špenát. Oloupaný a nakrájený lilek můžeme též namáčeti v připraveném kapaném těstě a dobře těstem obalené plátky usmažíme v sádle do červena.

Rozpočet pro 5 osob: 3 větší lilky - sůl - 5 *dkg* mouky - 1 vejce - 8 *dkg* strouh. žemle - 12 *dkg* sádla neb převařeného másla. *Na kapané těstíčko:* 5 *dkg* mouky - sůl - 2 lžíce mléka - 1 vejce - 12 *dkg* sádla neb převařeného másla.

Zelená fazolka na smetaně. I. způsob.

Z fazolových lusek odstřihneme špičky, silná vlákna ze hřbetu sloupneme, opereme, nakrájíme na kousky 2 *cm* velké a fazolku uvaříme ve slané vodě s trochou čištěné sody (bicarbonátem). Měkké lusky scedíme, dáme okapati a vložíme do máslové jíšky s cibulkou, zředěné polévkou neb vodou z fazolek. Pak fazolky opepříme, povaříme, přidáme do nich kyselou smetanu a okyselíme podle chuti citronovou šťávou neb octem a povaříme. Fazolku, naloženou v octě, nalijeme do upravené máslové omáčky a v ní povaříme. Podle chuti přisolíme, přikyselíme neb opepříme.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* zelené fazolky - sůl - čištěné sody na špičku nože - jíška ze 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky - 1 *dkg* cibule - 2 lžíce citr. šťávy nebo 1 lžíce octa - tlučený pepř - 4 lžíce kyselé smetany ($^1/_{16}$ *l*).

Fazolka k obložení masa. II. způsob.

Očištěné fazolky svážeme nití asi po osmi do svazečků a ve slané, vařící vodě s čištěnou sodou je uvaříme a na sitě necháme okapati. Na mise fazolky rozvážeme, posypeme strouhanou, smaženou houskou a pokapeme máslem.

Rozpočet pro 6 osob: 50 *dkg* fazolky - sůl - čištěná soda - 6 *dkg* másla - 3 *dkg* housky.

Kapusta dušená. I. způsob.

Kapustu zbavíme vrchních listů a košťálu, nakrájíme ji na nudličky, spaříme a dáme na síto okapati. Na másle si zasmažíme drobně nakrájenou cibulku s cukrem, kapustu k tomu přimícháme, osolíme, opepříme a dusíme. Po chvíli ji zaprášíme moukou, podlijeme polévkou a dobře povaříme.

Rozpočet pro 5 osob: 1 kapusta (75 *dkg*) - 4 *dkg* másla - 2 *dkg* cibulky - 1 *dkg* cukru - sůl - tlučený pepř - 2 *dkg* mouky.

Kapusta vařená. II. způsob.

Očištěnou kapustu rozčtvrtíme, zbavíme košťálu, spaříme a dáme vařiti do osolené vody. Ze sádla a mouky si připravíme světlou jíšku, přidáme do ní drobně nakrájenou cibulku a upražíme ji do žluta. Pak ji zředíme polévkou, přidáme uvařenou kapustu, sůl, tlučený pepř a zelenou petržel a ještě ji povaříme. Do takto upravené kapusty můžeme přidati utřený česnek.

Rozpočet pro 5 osob: 1 kapusta (75 *dkg*) - sůl - tluč. pepř - 4 *dkg* sádla - 2 *dkg* mouky - 2 *dkg* cibule - sekaná petržel - (½ stroužku utřeného česneku).

Kapusta s brambory.

Očištěnou, na nudličky nakrájenou a spařenou kapustu dusíme chvíli na zasmažené cibulce. Oloupané brambory nakrájíme na kostky a přidáme ke kapustě, osolíme, opepříme, přidáme kousek utřeného česneku a majoránky, podlijeme vodou a dusíme, až brambory i kapusta změknou. Pak ji zahustíme světležlutou jíškou, dobře povaříme a podáváme jako samostatný pokrm.

Rozpočet pro 5 osob: 1 kapusta (50 *dkg*) - 50 *dkg* brambor - sůl - pepř - 2 *dkg* másla nebo sádla - 2 *dkg* cibulky - ½ stroužku česneku - špetku majoránky - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky.

Kapustové závitky.

Očištěnou, spařenou kapustu uvaříme do měkka s bicarbonátem ve vařící vodě. Pak 5 velkých vrchních listů z ní odejmeme, ostatní kapustu usekáme nebo umeleme. Syrové vepřové a vařené uzené maso umeleme s mlékem navlhčenou houskou, přidáme k němu usekanou kapustu, vejce, smaženou cibulku, sůl, tlučený pepř a citr. kůru. Vše promícháme a rozdělíme na 5 dílů. Velké listy z kapusty rozložíme na prkénko, na každý položíme malý, tenký plátek slaniny a připravené maso, pak uděláme závitky, povážeme je nití, složíme je do pekáče na usmaženou cibulku a pečeme v horké troubě do růžova ½ až ¾ hodiny. Mezi pečením je obrátíme a poléváme vařící vodou nebo bílým vínem. Pak je urovnáme na mísu a polijeme procezenou šťávou.

K závitkům podáváme brambory nebo bramborovou kaši.

Rozpočet pro 5 osob: 1 kapusta - sůl - bicarbonát (čištěná soda) - 25 *dkg* vepřového masa - 10 *dkg* vař. uzeného masa - 5 *dkg* housky - ⅛ *l* mléka - 1 vejce - 1 *dkg* másla - 3 *dkg* cibulky - citr. kůra - 4 zrnka tluč. pepře - 3 *dkg* slaniny - 3 *dkg* másla - 1/16 *l* bílého vína - 2 *dkg* cibulky.

Kapustové řízky smažené.

Očištěnou, mladou, spařenou kapustu uvaříme ve slané vodě do měkka. Dobře okapanou nakrájíme na řízky, načež opatrně vyřízneme košťál a paličkou lehce naklepeme. Připravené kapustové řízky málo osolíme, obalíme moukou, vejci, strouhanou žemlí a v rozpáleném sádle je usmažíme do zlatova. Hotové řízky složíme na mísu a podáváme k nim hrachovou, fazolkovou nebo bramborovou kaši. Zdobíme zelenou petrželkou.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* kapusty - sůl - 8 *dkg* mouky - 2 vejce - 15 *dkg* strouhané žemle - 15—20 *dkg* sádla - zelená petrželka.

Kapustové karbanátky.

Kapustu zbavíme zvadlých listů, spaříme ji vařící vodou, načež ji vložíme do čisté, vařící, osolené vody a uvaříme do měkka. Měkkou dáme dobře na síto okapati. Potom kapustu jemně usekáme neb umeleme na masovém strojku. V míse si umícháme máslo se solí,

přidáme vejce, v mléce namočenou a prolisovanou housku, tluč. pepř, jemně usekanou neb umletou kapustu, jemně usekanou, na másle do růžova usmaženou cibulku, umleté, vařené uzené maso a tolik strouhané housky, aby se upravilo tak husté těsto jako na masové karbanátky. Poté karbanátky obalujeme v bílcích nebo umíchaném vejci, ve strouhané housce a usmažíme je v rozpáleném sádle po obou stranách do růžova. Ke karbanátkům podáváme různé saláty, špenát, ale také hrachovou kaši.

Rozpočet pro 5 osob: 1 prostředně velká kapusta - sůl - 2 *dkg* másla na utření - 15 *dkg* housky a $^1/_{16}$ *l* mléka - 1½ vejce - 4 zrnka tluč. pepře - 6 *dkg* vař. uzeného masa - 3 *dkg* cibule a 1 *dkg* másla - 10—15 *dkg* strouhané housky dovnitř - 1½ vejce a 10 *dkg* housky na obalení - 15 *dkg* sádla na smažení.

Kapusta jako mozeček.

Očištěnou, spařenou, ve slané vodě uvařenou kapustu jemně usekáme neb umeleme. V kastrole na rozpáleném másle neb rozkrájeném tuku ze šunky usmažíme do růžova jemně nakrájenou cibulku, přidáme kapustu a osolíme, opepříme, smažíme ji 4—5 minut. Pak přidáme vejce a smažíme ještě tak dlouho, až ztuhnou. Hotový pokrm dáme na mísu, posypeme jej sekanou šunkou, ozdobíme zelenou petrželkou a horký podáváme s nakrájeným chlebíčkem.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* kapusty - sůl - tluč. pepř - 10 *dkg* másla neb tučné šunky - 2 *dkg* cibule - 10 vajec - 5 *dkg* šunky na posypání - zelená petrželka.

Dušená mrkev.

Očištěnou, opranou mrkev nakrájíme na jemné nudličky a dáme ji dusit na zasmaženou, drobně nakrájenou cibuli s cukrem. Pak ji osolíme, a když se vlastní šťáva vydusí, posypeme ji sekanou zelenou petrželí, zaprášíme moukou, podlijeme a mrkev udusíme do měkka. Před podáváním jí opepříme. Mrkev starší připravujeme bez cukru.

Rozpočet pro 4 osob: 75 *dkg* mrkve - sůl - 5 *dkg* másla - 2 *dkg* cukru - 2 *dkg* cibule - 2 *dkg* mouky - zelená petržel - pepř.

Mrkvička malá, čili karotka a brambory.

Opranou, listů i kořínků zbavenou karotku ponoříme na několik minut do vařící vody, načež sloupneme její vrchní slupku, opereme a dáme okapati na síto. Na kastrole na rozpuštěném másle necháme zažloutnouti cukr, vsypeme tam karotku a dusíme 5 minut. Pak ji zaprášíme moukou, podlijeme vodou a udusíme do měkka. Nové, oškrábané, vyprané brambory uvaříme v páře nebo ve slané vodě do měkka, načež je scedíme, posypeme rozetřenou majoránkou a necháme je ještě několik minut v páře. Brambory urovnáme na kulatou mísu do kopečka, kolem nich narovnáme karotku a celé polijeme omáčkou z karotky. Podáváme ji jako samostatný pokrm.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* brambor - sůl - 1 větší svazek karotky (mrkve) - 5 *dkg* másla - 2 *dkg* cukru - 2 *dkg* mouky - špetka majoránky.

Mrkev s kapustou.

Čistě vypranou mrkev oškrábeme a nakrájíme po vlákně na jemné nudličky. Poté ji vložíme do kastrolu, ve kterém jsme usmažily do růžova na rozpáleném másle drobně nakrájenou cibulku a cukr. Mrkev osolíme a dusíme, až poněkud změkne. Očištěnou kapustu rozčtvrtíme, nakrájíme na nudličky, spaříme vařící vodou, načež ji vložíme do čisté, horké, slané vody a povaříme. Potom přidáme dobře okapanou kapustu k mrkvi a obě zeleniny chvíli dusíme. (Je-li zapotřebí, zalijeme je vodou z vařené kapusty.) Poté zeleniny zaprášíme moukou a dusíme tak dlouho, až mouka ztratí syrovou chuť, načež zalijeme polévkou, opepříme, podle chuti přisolíme, přidáme sekanou petrželku, dobře zamícháme a ještě chvíli podusíme. Takto upravenou zeleninu podáváme k smaženému masu nebo i jinému, ale též jako samostatný pokrm s brambory chutná výborně.

Rozpočet pro 5 osob: ½ *kg* mrkve - ½ *kg* kapusty - sůl - 6 *dkg* másla - 1 *dkg* cukru - 3 *dkg* cibule - 2 *dkg* mouky - 3 zrnka tlučeného pepře - zelená petržel.

Mrkev se zeleným hráškem.

Mladý, zelený hrášek opereme a ve slané vodě povaříme 4 min. Očištěnou, na nudličky nakrájenou mrkev udusíme na másle s cukrem do měkka. Pak do ní zamícháme scezený hrášek, zaprášíme moukou, zalijeme polévkou, osolíme, opepříme, přidáme sekanou zelenou petržel a obě zeleniny ještě podusíme. Podáváme je k masu.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* mrkve - 15 *dkg* zeleného hrášku - 6 *dkg* másla - 2 *dkg* cukru - sůl - pepř - zelená petržel - 2 *dkg* mouky.

Mrkev s fazolkou a brambory.

Na zasmažené, drobně nakrájené cibuli dusíme chvíli očištěnou, na nudličky nakrájenou mrkev. Pak k ní přidáme očištěné, na menší kousky nakrájené zelené fazolky. Obé osolíme, opepříme, podlijeme vodou a přidáme vařené, oloupané, na kostky rozkrájené brambory. Vše zaprášíme moukou a dusíme, až mrkev úplně změkne. Pak upravíme pokrm na mísu a horký podáváme.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* mrkve - 6 *dkg* másla - 2 *dkg* cibule - 25 *dkg* zelené fazolky - sůl - tluč. pepř - 50 *dkg* vařených brambor - 2 *dkg* mouky.

Mrkev na smetaně. (Karotka.)

Mrkev karotku očistíme, oškrábeme a nakrájíme na čtvrtky. Pak ji vložíme do kastrolu, osolíme, posypeme tlučeným cukrem, zalijeme studenou vodou a na mírném ohni ji dusíme tak dlouho, až se na ní všechna šťáva vydusí. Měkkou mrkev zalijeme sladkou smetanou a ještě chvíli povaříme. Takto upravenou mrkev podáváme dětem.

Rozpočet pro 5 osob: 60 *dkg* mrkve (karotky) - sůl - 5 *dkg* cukru - ½ *l* smetany.

Mrkev s jablky.

Očištěnou mrkev nakrájíme nebo na struhadle nakrouháme na nudličky. V kastrole na másle dáme zežloutnouti cukr, přidáme mrkev, osolíme, zalijeme vařící vodou a udusíme do měkka. Pak přidáme do mrkve strouhaná jablka, podle chuti přisladíme a malou chvíli ještě dusíme. Před podáváním přikapeme do mrkve pomerančovou šťávu. Prochladlou mrkev podáváme jako kompot.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* mrkve - 4 *dkg* másla - 1 lžíce cukru - 4 jablka - na špičku nože soli - z 1 dobrého pomoranče šťáva.

Míchaná zelenina.

Očištěnou mrkev, brukev, květák, celer, petržel neb pastinák rozkrájíme na stejné nudličky neb kostičky a ve slané vodě uvaříme do měkka. Čerstvý neb konservovaný hrášek povaříme zvlášť v osolené vodě. V kastrole si upravíme z másla a mouky světležlutou jíšku s cukrem, zalijeme ji odvarem ze zeleniny neb hovězí polévkou, povaříme, načež přidáme vařené zeleniny, osolíme, opepříme je a v omáčce dobře prohřejeme. Pak upravíme zeleninu na mísu, posypeme povrchu sekanou zelenou petrželkou a podáváme samostatně s vařenými brambory neb bramb. smaženkami neb kroketkami (viz str. 193) a pod. neb k masu dušenému s přírodní omáčkou.

Rozpočet pro 5 osob: 15 *dkg* mrkve - 15 *dkg* brukve - 15 *dkg* květáku - 10 *dkg* celeru - 15 *dkg* kořenné petržele neb pastináku - 10 *dkg* zeleného hrášku - 8 *dkg* másla - 2 ½ *dkg* mouky - ½ *dkg* cukru - sůl - pepř - zelená petržel.

Zeleninová sekanina nebo karbanátky.

Očištěnou zeleninu uvaříme v osolené vodě do měkka. Měkkou, dobře okapanou jemně usekáme. V míse umícháme máslo, sůl, žloutky, přidáme sekanou zeleninu, tlučený pepř, v mléce namočenou a prolisovanou žemli, tuhý sníh z bílků a suchou strouhanou žemli. Plech vymažeme máslem, vysypeme žemlí, hmotu na něj rozetřeme 3 *cm* vysoko a v prostředně vytopené troubě upečeme do růžova. Upečenou sekaninu nakrájíme, upravíme na mísu a podáváme s některým zeleným salátem neb s dušeným špenátem.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* zeleniny (t. j. květák, kapusta, brukev, mrkev, zelený hrášek) - sůl - 6 *dkg* másla - 3 žloutky - 5 zrnek tlučeného pepře - 1 žemle - 3 lžíce mléka - ze 3 bílků sníh - 20 *dkg* strouhané žemle - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* strouhané žemle na plech.

Pro děti upravíme sekaninu bez pepře.

Z této sekaniny, do které přidáme ještě 5 *dkg* suché strouhané žemle, uděláme kulaté karbanátky, obalíme je strouhanou žemlí a v sádle usmažíme do zlatova.

Hadimord (černý kořen).

Opraný, lehce oškrabaný kořen klademe do vody, kde je trochu citronové šťávy. (Nečerná.) Poté vložíme kořen do slané vařící vody

a vaříme jej, až změkne. Měkký kořen dobře okapaný posypeme na másle smaženou houskou a omastíme máslem. Černý kořen upravuje se také jako chřest v omáčce (viz Předkrmy str. 53).

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* černého kořene - sůl - z ½ citr. šťáva - 8 *dkg* másla - 3 *dkg* strouhané housky.

Dušené póry.

Oprané póry rozřežeme na koláčky, vložíme do kastrolu na rozpuštěné sádlo, sůl a zvolna dusíme. Po chvíli přidáme syrové, na kostečky nakrájené brambory, podlijeme vodou nebo polévkou a dusíme tak dlouho, až jsou póry skoro měkké. Zatím si připravíme jíšku s cibulkou a s utřeným stroužkem česneku, vše vložíme do póru a podusíme.

Kapustu připravujeme právě tak, ale spaříme ji a přidáme k ní též sladkou papriku.

Rozpočet pro 5 osob: 1 svazek pórů - sůl - 1 *dkg* sádla - 3 menší brambory - 1 *dkg* másla - kávová lžička mouky na jíšku - půl menší cibulky - 1 stroužek česneku.

Květák s míchanými vejci.

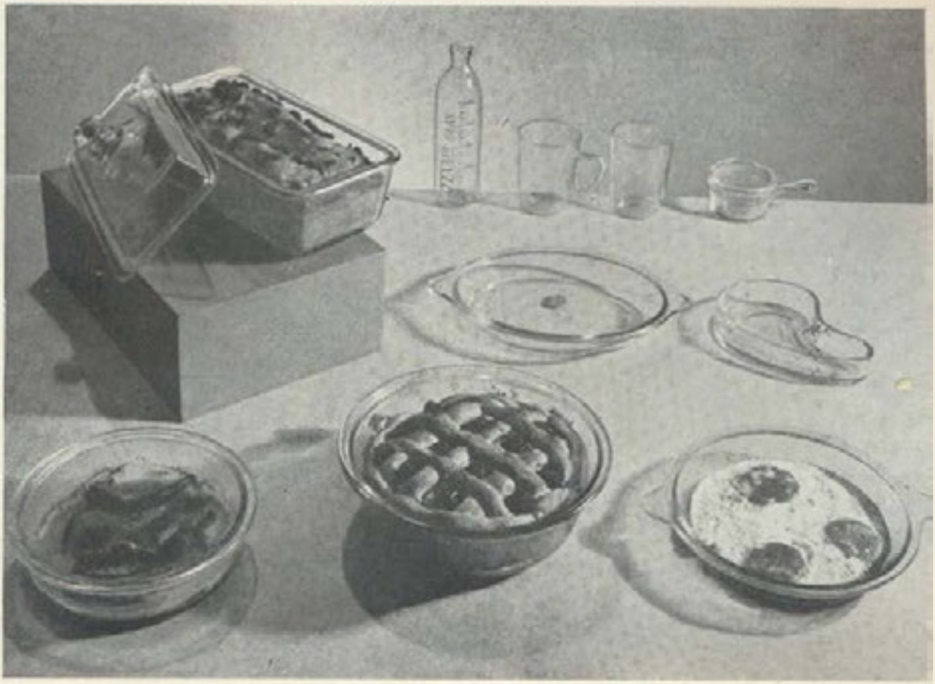
Pěkný očištěný květák uvaříme v osolené vodě ne příliš do měkka. V kastrole si zatím na rozpáleném másle neb rozkrájeném, rozehřátém tuku ze šunky usmažíme do růžova drobně nakrájenou cibulku. Dobře okapaný květák nakrájíme na drobné kousky, vložíme jej na cibulku, osolíme a smažíme asi 3 min. Pak přidáme syrová vejce a smažíme ještě tak dlouho, až ztuhnou. Horký pokrm podáváme.

Rozpočet pro 5 osob: 1 velký květák - sůl - 10 *dkg* másla - 3 *dkg* cibulky - 10 vajec.

Květákové karbanátky.

Pěkný, bílý květák vypereme, očistíme a uvaříme ve slané vodě do měkka. Čistě vyprané brambory uvaříme ve slupce. Měkký květák, oloupané brambory a mlékem navlhčenou housku (žemli) umeleme na masovém stroji. Ke směsi přidáme sůl, tlučený pepř nebo květ, vejce a jemně usekanou šunku. Vše zahustíme podle potřeby strouhanou houskou a dobře promícháme. Na prkénku houskou posypaném upravíme karbanátky, obalíme je moukou, namočíme ve vajíčku, pak je obalíme strouhanou houskou a usmažíme rychle v rozpáleném, převařeném másle neb sádle po obou stranách do růžova. Podáváme je s dušeným špenátem nebo s jinou zeleninou. Tyto karbanátky můžeme připraviti i bez šunky a jsou velice dobré.

Rozpočet pro 5 osob: 1 květák (prostředně velký) - sůl - 30 *dkg* brambor - 1 houska (5 *dkg*) - 3 lžíce mléka - 1 vejce - na špičku nože tlučeného pepře neb květu - 10 *dkg* šunky - 10—20 *dkg* strouhané housky - 5 *dkg* mouky - 1 vejce - 10 *dkg* strouhané housky na obalení - 15 *dkg* převařeného másla neb sádla.



Ohnivzdorné Jenské sklo, ve kterém možno péci, vařiti a servírovati.



Máselnice, chladič na máslo, formy na máslo a nože k zdobení másla.



Forma na velikonočního beránka.



Formy velikonoční.

Špenát jako příkrm.

Přebraný, v několika vodách vypraný špenát (nesmí se mačkat) vložíme do vařící, osolené vody a povaříme jej 3 minuty (vaří se bez poklice, aby nepozbyl pěkné, zelené barvy). Vařený špenát procedíme a dáme okapati na síto. Pak ho jemně usekáme nebo prolisujeme sítem. Světležlutou, řídkou máslovou jíšku s cibulkou rozředíme polévkou v hustou omáčku, přidáme špenát a dusíme chvíli. Špenát okořeníme tlučeným pepřem, třeným česnekem, a než jej podáváme, zamícháme do něho žloutky. Také se dává do špenátu místo žloutků sladká smetana, nebo se usekaný špenát dusí na pokrájené slanině a pak zahustí jíškou zředěnou polévkou. Týmž způsobem upravujeme mladý šťovík i mladé kopřivy.

Rozpočet pro 5 osob: 1 *kg* špenátu - 6 *dkg* másla - 4 *dkg* mouky - 3 *dkg* cibule - sůl - 1 stroužek česneku - tluč. pepř - 2 žloutky nebo ⅛ *l* sladké smetany - 4 *dkg* slaniny.

Špenátové tašky.

Do opraných, vařených, prolisovaných brambor přidáme na vále mouku, sůl, žloutky a vypracujeme jemné těsto. Těsto vyválíme na pomoučeném vále, nakrájíme na čtverečky, plníme je špenátovou nádivkou, přeložíme v trojhránek a zakrojíme. Tašky vaříme ve slané vařící vodě 5—7 minut. Pak je cedníkem vybereme a dobře okapané polijeme rozpáleným máslem a posypeme smaženou strouhanou žemlí.

Špenátová nádivka: Očištěný, opraný, povařený, dobře okapaný špenát jemně usekáme. Žlutou máslovou jíšku zředíme vodou ze špenátu (jen docela málo, aby nádivka byla hustá), opepříme, osolíme, přidáme utřený česnek neb strouhanou cibulku a chvíli dusíme. Prochladlou nádivkou plníme těsto.

Rozpočet pro 5 osob: 30 *dkg* vařených brambor - sůl - 15 *dkg* mouky - 2 žloutky - mouka na vál. *Nádivka:* 25 *dkg* špenátu - sůl - 1 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky - pepř - 1 *dkg* cibule neb ¼ stroužku česneku.

Zelený hrášek.

Zelený hrášek opereme a ve slané vodě povaříme se zelenou petrželkou a 1 kostkou cukru 5 min. Pak jej vložíme na máslo, ve kterém je cukr do žluta upražen, osolíme, opepříme a dusíme v něm chvíli. Pak jej zaprášíme moukou, zalijeme vodou neb polévkou a dusíme ještě 8 min. (Hrášek musí býti hustý.) Před podáváním přidáme sladkou smetanu.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* hrášku - 6 *dkg* másla - 2 *dkg* cukru - sůl - pepř - 2 *dkg* mouky - 4 lžíce sladké smetany.

Chmelíček.

Mladé výhonky chmele zbavíme spodní dřevnaté části a žluté slupky, lehce je opereme a vložíme do osolené, vařící vody s citronovou šťávou, kde je vaříme 15—20 minut. Potom dáme měkký chmelíček na

sito okapati, urovnáme jej na mísu, posypeme strouhanou houskou usmaženou na másle, pokapeme rozpáleným máslem a horký podáváme. Chmelíček můžeme připraviti v omáčce jako chřest v omáčce, str. 53.

Rozpočet pro 5 osob: 30 *dkg* chmelíčku - sůl - 3 *dkg* másla - 4 *dkg* housky - 2 *dkg* másla - ze ¼ citronu šťáva.

Čistec s máslem (stachis).

Čistec, zelenina pěstovaná hlavně ve Francii, nyní se i u nás pěstuje a prodává na trhu od podzimu. Jsou to malé hlízky, podoby šroubků, a musí se upraviti hned, neboť namrzlé jsou nasládlé a nechutné. Čistec prolijeme horkou vodou a opatrně zbavíme pokožky (slupky). Pozor, aby se hlízky nerozpadly. Pak čistec opereme a dáme vařit do osolené vařící vody. Měkký, dobře okapaný položíme na mísu, polijeme rozškvařeným máslem, posypeme smaženou strouhanou žemlí a horký podáváme.

Též můžeme uvařený čistec zamíchati do máslové omáčky jako chřest, viz str. 53 a podávati s dušenou rýží neb vařenými nudlemi. Také vařený čistec vaříme jako celer.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* čistce (stachisu) - sůl - 8 *dkg* másla - 3 *dkg* strouhané žemle.

Artyčoky.

Malé, hladké a kulaté artyčoky, jež mají velké květy a jsou masité, zespod seřízneme a potřeme citronovou šťávou. Pak je vložíme do slané vařící vody, které musí býti tolik, aby byly potopeny. Pak přidáme ještě trochu citronové šťávy a artyčoky vaříme tak dlouho, až se list dá lehce vytáhnouti. Uvařené necháme na sítě okapati, načež vrchní listy a ostny pozorně vydlabeme, abychom nepoškodily vrchních listů. Potom je upravíme na mísu, posypeme strouhanou houskou a polijeme rozpáleným máslem, nebo k nim podáváme holandskou omáčku (viz Omáčky).

Rozpočet pro 5 osob: 5 artyčoků - 1 citron - sůl - 4 *dkg* strouhané housky - 8 *dkg* másla.

Zelí z brukve.

Oloupanou, na nudličky nakrájenou brukev vložíme do kastrolu na cibuli zasmaženou na sádle, přidáme cukr, kmín, sůl, zalijeme vodou a dusíme. Když brukev vysmahne, zaprášíme ji moukou, zalijeme vodou, okyselíme octem a chvíli ještě dusíme. Před podáváním podle chuti buď okyselíme nebo osladíme a osolíme. Starší brukev dříve ovaříme a pak upravujeme.

Vodnici oloupanou, nakrájenou na nudličky dvakrát spaříme a pak z ní upravíme zelí jako z brukve.

Rozpočet pro 5 osob: 1 svazek brukví (6 kusů) - sůl - kmín - 5 *dkg* sádla - 2 *dkg* cibule - 4 kostky cukru - 1 *dkg* mouky - 4 lžíce octa.

Plněné zelné listy.

Pěknou velkou hlávku zelí očistíme, opatrně oloupáme velké listy, vložíme je do vařící vody a minutu povaříme. Okapané listy masovou paličkou naklepeme, velká žebra seřízneme, načež na každý list upravíme kousek nádivky a listy zatočíme. Zvlášť si upravíme v kastrole na másle neb sádle drobně nakrájenou usmaženou cibulku a kmín a závitky do ní vložíme. Ostatní zelí nakrájíme na nudličky, košťál odstraníme, zelí spaříme vařící vodou a dobře okapané přidáme k závitkům. Takto upravené závitky poklicí přikryté dusíme v troubě a jakmile zelí změkne, poklici odstraníme a necháme ještě chvíli zapéci. Mezi pečením zaléváme závitky podle potřeby vařící vodou. Hotové, měkké závitky urovnáme na ohřátou mísu a omáčku zlepšíme kyselou smetanou s umíchanou moukou a povařenou omáčkou polijeme závitky.

Nádivka: Přebranou, vypranou a spařenou rýži udusíme na usmažené cibulce, trochou vody zalité ne příliš do měkka. Do poloudušené rýže zamícháme syrové sekané vepřové maso neb upečené usekané vepřové maso, sůl, paštikové koření neb jen tlučený pepř a trochu kmínu. Promíchanou nádivkou plníme zelné listy.

Rozpočet pro 5 osob: 1 hlávka zelí - 10 *dkg* sádla nebo másla - 5 *dkg* cibule - kmín - sůl ¼ *l* kyselé smetany - 1 *dkg* mouky. *Nádivka:* 14 *dkg* rýže - 2 *dkg* sádla - 1 *dkg* cibule - sůl - 25 *dkg* vepřového ramínka neb bůčku - na špičku nože pepře neb paštikového koření - kmín.

Zelníky s dušeným zelím I.

Prosátou mouku osolíme, osladíme, přidáme citronovou kůru, z droždí připravený, vykynutý kvásek, vlažné mléko s umíchanými žloutky, rozehřátým máslem a vypracujeme z toho přiměřeně tuhé těsto a dáme je vykynouti. Pak těsto vyválíme na 1 *cm* silně, vedle sebe naznačíme vykrajovadlem kolečka, do středu každého dáme kávovou lžičku udušeného vychladlého zelí, jiným kolečkem z těsta přikryjeme označené naplněné kruhy, kolem těsta dobře stlačíme a vykrájíme vdolečky (zelníky) a dáme ještě vykynouti. Poté je v rozškvařeném sádle do červena usmažíme a teplé podáváme.

Zelí na plnění: drobně usekané zelí (bez košťálu) osolíme, promícháme, přikryjeme talířkem a necháme 1 hod. Pak slijeme ze zelí vyloužeňou šťávu. V kastrole rozehřejeme sádlo neb máslo, přisypeme zelí, zamícháme a pod poklicí udusíme. Úplně měkké zelí opepříme, osladíme, přidáme smetanu a zamícháme. Vychladlým plníme těsto. Pro chuť můžeme přidati trochu hrozinek.

Rozpočet pro 5 osob: 30 *dkg* mouky - špetku soli - 1 cm^2 strouhané citronové kůry - 2 *dkg* cukru - 1 ½ *dkg* droždí - 2 žloutky - 6 *dkg* másla - ⅛ *l* mléka - 15 *dkg* sádla na smažení. *Zelí:* 30 *dkg* zelí - sůl - 4 *dkg* másla neb sádla - pepř - 3 *dkg* cukru - 3 *dkg* hrozinek - 2 lžíce sladké smetany.

Zelníky s kysaným zelím II.

Připravíme si kynuté těsto, jako jest popsáno v předpise zelníky I. Potom těsto naplníme nádivkou z kysaného zelí, upravíme zelníky

a dáme je ještě na máslem neb sádlem pomazaný plech kynouti. Vykynuté zelníky potřeme povrchu rozmíchaným vejcem a dáme je do trouby upéci do červena. Můžeme je též usmažiti jako předcházející, pak je vejcem nepotíráme.

Zelná nádivka: Naložené čili kysané zelí lehce prolijeme studenou vodou, dobře okapané dáme do hrnce, zalijeme je čistou vodou a nepřiliš do měkka uvaříme. Poloměkké zelí procedíme a jemně usekáme. V kastrole rozehřejeme máslo, přidáme zelí, trochu soli, květu, pepře, cukru a sladkou smetanu. Dobře vše promícháme a podusíme. Jak zelí změkne, je nádivka hotová. Prochladlou plníme těsto.

Rozpočet pro 5 osob. *Těsto:* 30 *dkg* mouky - špetku soli - 2 *dkg* cukru - 1 *cm* citronové kůry - 1 ½ *dkg* droždí - 2 žloutky - 6 *dkg* másla - ⅛ *l* mléka - 1 vejce na potření - 2 *dkg* másla neb sádla na plech.

Zelná nádivka: 15 *dkg* naloženého zelí - 3 *dkg* másla - sůl - na špičku nože květu - 4 zrnka tlučeného pepře - 3 *dkg* cukru - 3 lžíce sladké smetany.

Dušené hlávkové zelí.

Hlávku zelí zbavíme vrchních listů, rozřežeme na čtvrtky, rozkrouháme nebo nakrájíme na nudličky a košťál vykrojíme. Potom zelí spaříme vařící vodou a necháme okapati. Drobně nakrájenou cibulku usmažíme na sádle, přidáme zelí, kmín, sůl a dusíme do měkka. Měkké zelí zaprášíme moukou, podusíme, načež zelí podle chuti osladíme a okyselíme octem, znovu podusíme a podáváme.

Rozpočet pro 5 osob: 1 hlávka zelí (¾ *kg*) - 6 *dkg* sádla - 4 *dkg* cibule - kmín - sůl - 1 *dkg* mouky - 1 ½ *dkg* cukru - 6 lžic octa.

Zelí naložené.

Naložené zelí překrájíme a uvaříme s kmínem do měkka, načež je lehce okapané zamícháme do světležluté řídké jíšky s drobně nakrájenou cibulkou a chvíli je dusíme. Pak zelí osladíme, podle chuti přikyselíme a dobře zamícháme. Chuť zelí značně zlepšíme šťávou z husy neb vepřového pečeného masa.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* naloženého zelí - málo kmínu - 6 *dkg* sádla - 4 *dkg* cibule - 2 *dkg* mouky - 4 kostky cukru - podle chuti octa a soli.

Moravské hlávkové zelí.

Hlávkové zelí nakrájíme na nudličky, košťál vyřízneme a zelí spaříme vařící vodou. Dobře okapané zelí zalijeme čistou horkou vodou, jen aby bylo potopeno, osolíme, přidáme strouhanou cibuli, kmín a kousek sádla neb nakrájené slaniny a uvaříme zelí do měkka. Zvlášť si připravíme ze sádla, drobně nakrájené cibulky a mouky světlou jíšku, zředíme ji vodou ze zelí a umíchanou dáme do zelí a povaříme. Pak nastrouháme do zelí syrový loupaný brambor a zelí vydusíme. Toto zelí jest velmi dobré a připravujeme je bez cukru.

Rozpočet pro 5 osob: 60 *dkg* hlávkového zelí - 4 *dkg* sádla neb slaniny - kmín - sůl - 2 *dkg* cibule. - *Jíška:* 3—4 *dkg* sádla - 3 *dkg* cibule - 2 *dkg* mouky - 10 *dkg* brambor - 3—4 lžíce octa.

Moravské zelí naložené.

Naložené kyselé zelí dvakráte ve studené vodě opereme, zalijeme vodou, opět povaříme, vodu slijeme. Pak na zelí nalijeme čistou horkou vodu a upravíme zelí právě tak, jako zelí hlávkové, ale bez octa a cukru.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* naloženého zelí - 4 *dkg* slaniny neb sádla - kmín - sůl - 2 *dkg* cibule. - *Jíška:* 4 *dkg* sádla - 3 *dkg* cibule - 2 *dkg* mouky - 10 *dkg* brambor.

Zelí červené.

Červené zelí nakrájíme na nudličky, zbavíme košťálů a spaříme. Okapané dusíme na másle s cibulkou. Když poněkud změkne, přidáme do zelí sůl, ocet, cukr, vše zaprášíme moukou, podusíme, zalijeme vodou a dodusíme, aby bylo zelí úplně měkké. Než je podáváme, zamícháme do něho červené neb bílé víno.

Červené zelí můžeme upraviti jako bílé zelí a před podáváním přidati bílé víno.

Rozpočet pro 5 osob: 1 hlávka červeného zelí (asi 75 *dkg* těžká) - 8 *dkg* másla - 4 *dkg* cibule - sůl - 4 lžíce octa - 6 kostek cukru - 1½ *dkg* mouky - 4 lžíce červeného neb bílého vína.

b) Saláty.

Salát z červeného zelí I.

Ve vodě s octem povaříme cukr, sůl a máslo. Pak tam přidáme na nudličky nakrájené, spařené červené zelí, povaříme je 15 minut, dáme je na mísu, podle chuti ještě přisolíme nebo okyselíme a opepříme a dáme vychladnouti. Před podáváním přidáme červené víno.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* zelí - ⅛ *l* octa - sůl - 2 *dkg* cukru - 2 *dkg* másla - pepř - 2 lžíce červeného vína.

Zelný salát II.

Bílé zelí nakrájíme na nudličky, košťál odřízneme a zelí dvakráte spaříme a dáme okapati. Pak je osolíme, polijeme octem, v němž je rozpuštěno trochu cukru, povaříme 5 minut a necháme stát půl hodiny ve studenu. Poté ocet ze zelí lehce vytlačíme, zelí dáme na mísu, polijeme rozpálenou slaninou, v níž je nakrájená cibule a opepříme je.

Slaninu můžeme zaměniti dobrým olejem.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* zelí - sůl - $^1/_{16}$ *l* octa - 1 kostka cukru - 4 *dkg* slaniny - 3 *dkg* cibule - tlučený pepř - 4 lžičky stolního oleje.

Salát hlávkový I.

Vrchní a zvadlé listy salátu odstraníme, ostatní pak rozebereme a vypereme je v několika vodách. Čistý salát dáme okapati na síto, nebo jej v čistém ubrousku protřepeme. Pak jej polijeme vodou zředěným a osoleným octem. Dobře promíchaný salát narovnáme na mísu, pokapeme dobrým tabulovým olejem neb rozpáleným máslem, nebo na kostky nakrájenou rozehřátou slaninou. Místo oleje, másla nebo slaniny poléváme též salát dobrou kyselou smetanou s trochou citronové šťávy.

Týmž způsobem upravujeme polní salát, salát z řeřichy, lociky, pěstěné pampelišky, mladých kopřiv, které nejméně ½ hodiny ve vodě vymáčíme nebo je spaříme.

Na míse ozdobíme hlávkový salát na tvrdo uvařenými vejci. (Je-li ocet příliš kyselý, zamícháme do něho trochu cukru.)

Rozpočet pro 5 osob: 3 hlávky salátu - $^{1}/_{16}$ *l* octa - trochu vody - půl kostky cukru - sůl - 2 lžičky oleje (neb 2 *dkg* másla) nebo 4 lžíce kys. smetany a lžíce citronové šťávy.

Salát hlávkový II.

Opraný, osušený salát dáme do mísy, polijeme upravenou majonézou a salát dobře promícháme. Narovnáme jej na skleněné mísy a obkládáme na tvrdo vařenými krájenými vejci.

Rozpočet pro 5—10 osob: *Majonéza:* na 5 hlávek salátu rozmícháme v misce 2 žloutky syrové neb na tvrdo vařené prolisované. Do žloutků přikapáváme stále míchajíce $^{3}/_{16}$ *l* dobrého tabulového oleje, načež přidáme 1 lžíci hořčice, 3 lžíce octa - sůl - pepř.

Salát polníček.

Dobře očištěný polníček (polní salát) vypereme, osolíme, promícháme octem zředěným vodou a málo oslazeným, upravíme jej na mísu a pokapeme olejem neb dobrým rozškvařeným máslem.

Tímto salátem zdobíme jiné saláty neb studená, na míse upravená masa.

Rozpočet:: 20 *dkg* polníčku - sůl - ⅛ *l* octa - podle kyselosti vody - na špičku nože cukru - 2 lžíce oleje neb másla.

Salát okurkový.

Oprané, oloupané okurky tence nakrouháme, trochu posolíme a necháme tak asi 3 minuty stát. Pak okurky zalijeme octem, olejem a posypeme tlučeným pepřem. (Šťávu z okurek nescedíme.) Oblíbený je též okurkový salát politý kyselou smetanou s citronovou šťávou. Nesprávně připravuje salát, kdo jej dává „vypotit". Přiklopí jej talířem a ponechá, až vypustí šťávu, kterou pak slije. Tím však ubírají okurkám živnou část, neboť zbytek jest těžce stravitelná buničina, takže takový salát jest nejen méně chutný, ale i těžko stravitelný.

Rozpočet pro 5 osob: Na 2 okurky - sůl - $^1/_{16}$ *l* octa - 2 lžičky oleje - tluč. pepř neb $^1/_8$ *l* kyselé smetany - 1 lžička citronové šťávy.

Salát z chmelíčku.

Očištěné výhonky chmele uvaříme ve slané vodě jako v předpise, viz str. 223. Okapaný chmelíček dáme na mísu, polijeme olivovým olejem, octem a posypeme tlučeným pepřem. Kdo rád cibuli, posype si salát jemně nakrájenou cibulkou.

Rozpočet pro 5 osob: 30 *dkg* chmelíčku - sůl - 2 lžičky oleje - 3 lžíce octa - tlučený pepř - 2 *dkg* cibule.

Salát mrkvový syrový.

Mrkev karotku očistíme, vypereme, rozstrouháme a promícháme s oloupanými strouhanými jablky, strouhanou cibulkou neb pažitkou. Zvlášť si připravíme do kotlíku na sníh neb do hluboké porculánové misky šlehací smetanu, olivový olej, citronovou šťávu, cukr, sůl a metlou ušleháme zahoustlou pěnu. Připravenou mrkev zamícháme do pěny, upravíme na mísu hlávkovým salátem vyloženou a podáváme. — Cibuli nebo pažitku nemusíme přidati.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* mrkve - 2 kyselá jablka - 3 lžíce šlehací smetany - 1½ lžíce čerstvého olivového oleje - z ¼ citronu šťávy - na špičku nože soli a pudrového cukru.

Salát z bílých fazolí.

Přebrané vyprané bílé fazolky namočíme přes noc do vody změkčené bicarbonátem (čištěná soda). Druhý den s nich vodu slijeme, na fazolky nalijeme čistou vodu, rovněž změkčenou, a na mírném ohni je uvaříme do měkka. Pak fazole dáme na síto okapati. Na míse je promícháme máslem neb olejem, slabě vodou zředěným octem, sekanou cibulkou a petrželkou. Pak je osolíme a opepříme. Ve studenu necháme proležeti salát několik hodin před podáváním.

Rozpočet pro 5 osob: 30 *dkg* fazolí - na špičku nože čištěné sody - 2 *dkg* másla neb 2 lžíce oleje - $^1/_{16}$ *l* octa - 2 *dkg* cibule - sekaná zel. petrželka - sůl - tlučený pepř.

Zeleninový salát (francouzský).

Kořenovou zeleninu, mrkev, celer a petržel očistíme, vypereme a uvaříme v osolené vodě do měkka. Zvlášť si uvaříme ve slupce brambory. Zeleninu, jakož i oloupané brambory, kyselé oloupané okurky, jablka a vařenou neb konservovanou zelenou fazolku nakrájíme na stejné kostečky, přidáme vařený zelený hrášek, citronovou šťávu, sůl, bílý tlučený pepř a jemnou hořčici. Promíchanou směs polijeme francouzskou majonézou II., viz str. 181, znovu promícháme, upravíme na mísu a dáme uležeti do studena na 6 hodin. Potom salát ozdobíme citronovým košíčkem plněným aspikem, hlávkovým salátem, kyselými okurkami, vejci a kadeřavou zelenou petrželkou.

Salát připravujeme také tak, že do kulaté neb čtverhranné plechové formy nalijeme 3 naběračky bílého aspiku (přípravu aspiku viz str. 72) a dáme do studena ztuhnouti. Na tuhý aspik upravíme salát, zalijeme jej povrchu opět aspikem a dáme opět ztuhnouti, nejlépe na led. Formu se salátem postavíme pak na 1 vteřinu na mokrou horkou utěrku, rychle vyklopíme a ozdobíme.

Rozpočet pro 5 osob: 12 *dkg* mrkve (karotky) - 4 *dkg* celeru - 4 *dkg* kořenné petržele - 30 *dkg* brambor (rohlíčků) - 10 malých znojemských okurek - 20 *dkg* zelené fazole (lusky) - 2 kyselá jablka - 20 *dkg* zeleného hrášku - sůl - 1 citron - bílý tlučený pepř - ½ kávové lžičky jemné hořčice - francouzskou majonézu II. ze 3 žloutků, přípravu viz str. 181.
Na ozdobu: 2 citrony - hlávkový salát - 2 kyselé okurky - 1 vejce uvařené na tvrdo - zelená kadeř. petržel - upravujeme-li salát do formy, potřebujeme ¼ *l* aspiku.

Salát ze syrové zeleniny.

Kořenovou očištěnou zeleninu (mrkev, celer, petržel) a oloupanou brukev nakrouháme na zeleninovém struhadle na jemné nudličky, oloupaná jablka nakrájíme na kostečky a vše dáme do mísy. V hrníčku si dobře ušleháme citronovou šťávu nebo vinný ocet, vodu, sůl, cukr, bílý tlučený pepř, olivový olej nebo čajové máslo a rychle přivedeme k varu. Vařící směsí polijeme zeleninu s jablkem, promícháme a dáme vychladnouti. Hlubokou salátovou mísu vyložíme očištěným hlávkovým salátem (v zimě bez hlávkového salátu), promíchaný salát na něj upravíme, ozdobíme nakrájenou mrkví a podáváme.

V létě zdobíme salát ředkvičkou.

Právě tak připravujeme salát ze syrové mrkve.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* mrkve - 25 *dkg* celeru a petržele - 1 větší brukev (kedlubna) - 10 *dkg* jablek.
Na zalití: z 1 citronu šťáva nebo 3 lžíce octa - 3 lžíce vody - sůl - pepř - na špičku nože cukru - 4 lžíce oleje nebo 2 *dkg* másla.
Na ozdobu: 1 hlávkový salát - 5 ředkviček.

Míchaný salát I.

Červená, opraná rajská jablíčka nakrájíme na stejná kolečka. Zelenou opranou papriku zbavíme jader a nakrájíme na nudličky a zelenou menší okurku oloupáme a na kruhátku nakrájíme na plátky. Na dno hlubší mísy upravíme vrstvu rajských jablíček, pokapeme stolním olejem, trochu osolíme, opepříme, přidáme vrstvu nakrájené papriky, trochu jemně usekané cibulky a pokládáme vrstvou okurkového salátu. Vrstvy jablíček, papriky, cibulky a zelené okurky opakujeme, každou vrstvu pokapáváme olejem, osolíme a opepříme. Takto složený salát přikryjeme talířem a zatížený necháme dvě hodiny uležeti. Pak slijeme vylouženou šťávu a nalijeme na salát zředěný, oslazený ocet. Povrchu salát zdobíme na tvrdo vařenými, na čtvrtky nakrájenými vejci a podáváme jej k pečené drůbeži nebo ke smaženému masu.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* rajských jablíček - 3 zelené papriky - 1 menší zelená okurka - 2 lžíce olivového oleje - pepř - sůl - 2 *dkg* cibule - 1 kostka cukru - ⅛ *l* octa - 2 vejce vařené na tvrdo.

Míchaný salát II.

Salátovou mísu vyložíme očištěným rozebraným hlávkovým salátem. Na něj skládáme vždy vrstvu na kolečka nakrájených, oloupaných, červených, kulatých rajských jablíček, salátovou oloupanou okurku, očištěnou červenou nakrájenou ředkvičku, vejce na tvrdo a opět hlávkový salát. V hrníčku rozmícháme kyselou hustou smetanu, sůl a citronovou šťávu. Promíchanou smetanu nalijeme na salát a necháme 5 minut uležeti. Poté salát ozdobíme zelenou kadeřavou petrželkou aneb jej posypeme sekaným koprem a podáváme.

Rozpočet pro 5 osob: 25 *dkg* hlávkového salátu - 25 *dkg* rajských jablíček - 15 *dkg* okurky - 5 *dkg* ředkvičky - 2 vejce - 15 lžic husté kyselé smetany - asi z ½ citronu šťáva - sůl - zelená petržel neb sekaný kopr.

Bramborový salát I.

Ve slupce uvařené oloupané brambory a na tvrdo uvařené vejce nakrájíme na kolečka, klademe je na mísu, posypeme drobně usekanou cibulkou, solí, pepřem a ve vrstvách nakupíme na mísu, načež salát polijeme polévkou neb vodou zředěným octem, olejem a dáme do studena. Pak jej ozdobíme červenou nakládanou řípou, hříbky z octa, zelenou petrželí a pod. Do salátu můžeme též zamíchati uvařený, na lístky nakrájený celer. Týmž způsobem můžeme upraviti celerový salát.

Rozpočet pro 5 osob: 1 *kg* brambor (rohlíčků) - sůl - 4 *dkg* cibule - ⅛ *l* octa - 1 lžíce oleje - tlučený pepř - (malý celer) - 1 vejce.

Bramborový salát s majonézou II.

Do připravené majonézy lehce zamícháme uvařené, na kostečky nakrájené brambory, kyselou okurku, na tvrdo uvařené vejce, oloupané jablko, očištěného slanečka, sekané kapary a cibulku. Zamíchané podle chuti osolíme, opepříme a okyselíme. Pak salát urovnáme na mísu a necháme jej ve studenu uležeti několik hodin. Před podáváním jej ozdobíme zelenou petrželkou a citronem.

Majonéza: Do dobře umíchaného čajového másla se solí zamícháme syrové žloutky a po kapkách olej, načež přidáme hořčici, citron, ocet a tlučený cukr a majonézu dobře umícháme.

Týž salát můžeme připraviti s olejovou majonézou (viz Omáčky str. 183) a bez slanečka.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* brambor - 1 kyselá okurka - 1 vejce - 1 jablko - ½ slanečka (nebo matjesa) - ¼ kávové lžičky sekaných kaparů - 2 *dkg* cibule - sůl - pepř - 1/16 *l* octa. - *Majonéza:* 5 *dkg* čajového másla - sůl - 2 žloutky - 8 kávových lžiček oleje - ¼ kávové lžičky hořčice - 4 lžíce octa - na špičku nože cukru - tlučený bílý pepř.

Bramborový salát s nepravou majonézou.

Uvařené brambory (nejlépe rohlíčky) oloupáme, nakrájíme na kostečky a dáme do mísy. Pak přidáme vařený zelený hrášek, mrkev a celer vařený, na kostečky nakrájený a na nudličky nakrájenou neb

sekanou šunku, kyselou okurku, vařené vejce, sekané kapary a cibulku. Salát opepříme, osolíme, promícháme, polijeme majonézou a dáme do studena uležeti.

Hotový salát upravíme na mísu, polijeme ještě trochu majonézou, ozdobíme citronem, na tvrdo vařenými vejci, zelenou petrželkou a podáváme k pečeným kuřatům a jiným masovým pečením.

Majonéza: ¾ litru kyselé smetany, 2 žloutky, sůl, 1 lžičku bramborové moučky, 2½ *dkg* másla, z 1 citronu šťáva. Vše smícháme a ve vařící vodě stále míchajíce na plotně necháme zahoustnouti. Poté přidáme ½ kávové lžičky hořčice a trochu bílého tlučeného pepře.

Promíchanou majonézu, je-li málo pikantní, zlepšíme ještě citronovou šťávou, ²/₃ majonézy nalijeme na salát a ostatní podáváme se salátem.

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* brambor - 5 *dkg* zeleného hrášku - 1 mrkev - 5 *dkg* celeru - 1 kyselá okurka - 5 *dkg* šunky - 1 *dkg* kaparů - 3 *dkg* cibule - sůl - pepř.

Míchaný bramborový salát.

Očištěný celer uvaříme ve slané vodě s octem do měkka, načež jej nakrájíme na plátky. Právě tak nakrájíme si vařené brambory. Bílou fazolku uvaříme tak jako na fazolkový salát. Část celeru, brambor a fazolky (ještě horké) dáme na mísu, polijeme připravenou smíšeninou, posypeme sekaným uherským salámem neb vařeným uzeným masem, nakrájeným očištěným slanečkem, kyselou okurkou, jablkem, vařenými bílky, sekanou cibulkou a kapary. Pak přidáme opět celer, brambory, fazolky i ostatní a salát dáme na 2 hodiny do studena. Před podáváním jej opepříme a ozdobíme zelenou petrželí.

Míšeninka na salát: Mlíčí ze slanečka umícháme s olejem, cukrem, prolisovanými vařenými žloutky a octem (bílky upotřebíme na salát).

Rozpočet pro 5 osob: 75 *dkg* brambor - 1 celer - 5 *dkg* fazolek - ¹/₁₀ *l* octa - 5 *dkg* uher. salámu neb uzen. masa - ½ slanečka - 1 kys. okurka - 1 jablko - 2 *dkg* cibule - ½ *dkg* kaparů - tluč. pepř - bílky. *Míšeninka:* mlíčí ze slanečka - 2 lžíce oleje - ⅛ *l* octa - 2 vejce - na špičku nože tluč. cukru.

Ovocný salát I.

Kulatá rajská jablíčka, čerstvá jablka, vlašské ořechy (jádra), lískové oříšky, očištěné hlávkové zelí nakrájíme na stejné nudličky. V míse si umícháme čajové máslo do pěny, načež přidáme žloutky a stále míchajíce přikapeme čerstvý olej, cukr a citronovou šťávu. Do dobře umíchané majonézy lehce přidáme šlehanou smetanu a připravené ovoce.

Hotový salát dáme na skleněnou mísu, ozdobíme jej citronem a podáváme.

Rozpočet pro 5 osob: 2 rajská jablíčka - 3 nakyslá jablka - 3 *dkg* vlašských ořechů - 1 *dkg* lís. oříšků - 15 *dkg* hlávkového zelí - 5 *dkg* čajového másla - 2 žloutky - ¹/₁₆ *l* oleje - 1 citron - na špičku nože cukru - ⅛ *l* šlehané smetany - citron na ozdobu.

Ovocný salát II.

Sušené meruňky a švestky opereme a každé ovoce zvlášť ve vodě uvaříme do měkka. Vařené meruňky, pecek zbavené švestky nakrájíme na nudličky, dáme do mísy, přidáme ještě oloupané na drobné kostečky nakrájené banány, jablka, hrušky, pomoranče nebo mandarinky i se šťávou, naložený ananas rovněž se šťávou, očištěné fíky a datle. Do připraveného drobně nakrájeného ovoce nasypeme jemný cukr, přilijeme citronovou šťávu, dobrý koňak, bílé víno, lehce vše promícháme a dáme do studena nebo k ledu 1 hod. uležeti. Pak salát i se šťávou rozdělíme do skleněných kalíšků nebo talířků, načež salát navrchu ozdobíme ušlehanou smetanou, kandisovanými nebo zavařenými třešněmi nebo višněmi, bílým hroznovým vínem a podáváme. Do salátu můžeme též přidati nakrájené kompotové broskve.

Rozpočet pro 5 osob: 10 *dkg* suchých švestek - 15 *dkg* sušených meruněk - 2 velká nakyslá jablka - 2 hrušky - 2 pomoranče nebo 3 mandarinky - 2 banány - 1 kolečko naloženého ananasu - 3 kompotové broskve - 1 lžička ananasové šťávy - 5 *dkg* fíků - 5 *dkg* datlí - 10 *dkg* cukru - z ½ citronu šťáva - 3 lžíce cognacu - ⅛ *l* bílého vína. *Na ozdobu:* ¼ *l* šlehané smetany - 5 *dkg* kandisovaných nebo zavařených třešní nebo višní - 10 *dkg* vinných bílých hroznů.

Tento salát můžeme v létě připraviti z letního ovoce a v zimě z různého ovoce kompotového.

Salát z rajských jablíček

Pěkná, stejná, kulatá rajská jablíčka dáme na síto, prolijeme je vařící vodou a pak studenou. Poté je oloupáme a ostrým nožem nakrájíme na stejná kolečka. Nakrájená jablíčka lehce promícháme se solí, tlučeným pepřem, sekanou petrželkou a cibulkou, citronovou šťávou a olivovým olejem. Potom salát upravíme na hlubokou skleněnou mísu, polijeme jej majonézou a dáme na několik hodin uležeti do studena. Potom jej ozdobíme nakrájeným citronem a zel. petrželkou a podáváme k masu. Tento salát můžeme připraviti i bez majonézy, ale nesmí se osoliti.

Majonéza: Do studené sladké smetany dáme máslo a žloutky a dobře vše umícháme. Poté postavíme nádobu do kastrolu s vařící vodou na plotnu a mícháme, až začne majonéza houstnouti. Pak ji osolíme, přidáme stále míchajíce opět máslo, francouzskou hořčici a citronovou šťávu a opět dobře prohřejeme. Potom nádobu dáme na stůl a majonézou mícháme, až vychladne.

Rozpočet pro 5 osob: 15 kulatých rajských jablíček - sůl - 4 zrnka pepře - špetka zelené petrželky - 3 *dkg* cibulky - z 1 citronu šťáva - neb 4 lžíce vinného octa - 3 lžíce oleje. *Majonéza:* ⅛ *l* sladké smetany - 3 *dkg* čajového másla - 2 žloutky - sůl a ještě 3 *dkg* čajového másla - 1 kávová lžička hořčice - z ½ citronu šťáva.

Rajský salát.

Opraná kulatá rajská jablíčka prolijeme na sítě nejdříve vařící vodou, poté studenou vodou, načež je oloupáme. Ostrým nožem neb zvláštním zubatým nožem nakrájíme kolečka, složíme je na mísu,

promícháme málo solí, pepřem, sekanou cibulkou, strouhanými lískovými neb burskými oříšky. Poté si připravíme takto salátovou směs: olej, citronovou šťávu, cukr, sůl a strouhaný křen dobře metlou na sníh ušleháme a nalijeme na připravená rajská jablíčka. Místo směsi můžeme rajská jablíčka políti majonézou.

Majonéza: V hrnci ve sladké smetaně umícháme žloutky, málo soli a čajové máslo. Hrnec postavíme do kastrolu s vařící vodou a na plotně mícháme tak dlouho, až začne majonéza houstnouti. Poté přidáme stále míchajíce ještě kousek másla, jemnou hořčici, citronovou šťávu a znovu dobře prohřejeme. Prohřátou majonézu stále míchajíce necháme prochladnouti, načež ji nalijeme na připravená rajská jablíčka.

Rozpočet pro 5 osob: 15 rajských jablíček - na špičku nože soli - 4 zrnka tlučeného pepře - 2 *dkg* cibulky - 2 *dkg* oříšků. *Směs:* 3 lžíce oleje - z ½ citronu šťáva - na špičku nože cukru a soli - 1 *dkg* křenu. *Majonéza:* ⅛ *l* sladké smetany - 2 žloutky - 2 *dkg* másla - na špičku nože soli - a ještě 2 *dkg* másla - ½ kávové lžíce hořčice - z ½ citronu šťáva.

Ruský salát.

V mise lehce promícháme na kostečky nakrájené vařené brambory, uzený vařený jazyk neb uzené maso, očištěného loupaného matjesa, oloupané kyselé okurky, šunku, mladý zelený vařený neb konservovaný hrášek, jemně usekanou cibuli, malé papričky (pepřenky), vinný ocet, trochu bílého pepře a na špičku nože anglické omáčky (Worcestershire). Promíchanou směs polijeme francouzskou majonézou, viz str. 181, znovu promícháme a dáme uležeti do studena na 2—3 hodiny. Dobře uležený salát upravíme pak na mísu, ozdobíme zelenou kadeřavou petrželkou, citronem, okurkou a hlávkovým salátem.

Rozpočet pro 5 osob: 10 *dkg* vepřového uzeného jazyka - neb uzeného plecka - 1 matjes - 4 malé kyselé okurky - 15 *dkg* vařených loupaných brambor - 10 *dkg* zeleného vařeného neb konservovaného hrášku - 10 *dkg* šunky - 2 *dkg* cibule - 1 pepřenka - 5 tluč. bílých pepřů - 3 lžíce vinného octa - na špičku nože anglické omáčky - 25 *dkg* hotové majonézy II.

Vlašský salát.

Teplé brambory oloupáme, nakrájíme na nudličky, přidáme do nich na nudličky nakrájenou šunku, telecí pečeni, uzený vařený vepřový jazyk, oloupanou kyselou okurku, jablka a na tvrdo uvařená vejce, promícháme s octem, tlučeným pepřem, solí, anglickou omáčkou (Worcestershire) a dáme do připravené majonézy. Promíchaný salát necháme ve studenu uležeti 6—12 hodin.

Pak upravíme salát úhledně na skleněnou mísu, obložíme aspikem, na tvrdo vařenými vejci, hlávkovým salátem, citronem a zelenou kadeřavou petrželkou.

Předpisy na olejovou majonézu, třenou neb francouzskou aneb majonézu z vařených žloutků viz Stud. omáčky str. 181. Kdo nerad olej, může si připraviti salát s nepravou majonézou, viz Studené omáčky str. 184. Majonézu olejovou, třenou nebo francouzskou si

připravíme ze tří žloutků, viz Studené omáčky str. 183. Do vlašského salátu můžeme také zamíchati, kdo rád, marinovaného úhoře, vařené bílé fazolky, očištěného matjesa a sardele, vše na nudličky nakrájené.

Rozpočet pro 5 osob: 30 *dkg* brambor - 1 malý vepřový uzený jazyk - 25 *dkg* šunky - 2 vejce - 10 *dkg* telecí upečené pečeně - 6 menších kyselých okurek - 3 jablka - 2—3 lžíce octa - sůl - bílý tlučený pepř - asi 10 kapek anglické omáčky

Český salát.

Kousek telecí a vepřové libové pečeně aneb zbylé vařené hovězí maso, bílou vařenou fazolku, menší kyselé loupané okurky, jablko, vše nakrájené na nudličky promícháme se sekanou cibulkou, kapary, bílým pepřem a s jemnou hořčicí. Promíchané součástky dáme do olejové neb nepravé majonézy a pak necháme salát asi 3 hodiny uležeti. Odleželý salát upravíme na skleněnou mísu, ozdobíme zelenou petrželkou, hlávkovým salátem, ředkvičkou, citronem a salát podáváme.

Rozpočet pro 5 osob: 15 *dkg* telecí pečeně - 10 *dkg* vepřové pečeně neb vař. hovězí - 5 *dkg* bílé fazolky - 1 velké jablko - 4 kyselé znojemské okurky dobře osušené - 3 *dkg* cibule - ½ *dkg* kaparů - ½ kávové lžičky hořčice - 2—3 lžíce vinného octa - 5 zrnek tlučeného bílého pepře - majonéza ze tří žloutků, viz Studené omáčky str. 181.

Salát z vajec.

Čerstvá vejce uvaříme na tvrdo, oloupáme, rozpůlíme, vyndáme žloutky a prolisujeme do mísy. Pak žloutky utřeme, přidáme na masovém strojku umletou šunku nebo šunkový salám, usekané, oloupané, osušené kyselé okurky a zamícháme vše do majonézy. Prázdné bílky (košíčky) naplníme připravenou směsí, složíme je na skleněnou mísu hlávkovým salátem vyloženou, celek polijeme ostatní majonézou, ozdobíme ředkvičkou, rajskými jablíčky a na 2 hodiny dáme do studena. Pak podáváme.

Rozpočet pro 5 osob: 5 vajec na tvrdo uvařených. *Nádivka:* z 5 vařených vajec žloutky - sůl - 15 *dkg* šunky nebo salámu - 1 kyselá okurka - 2 lžíce hotové majonézy (viz Majonéza z vařených žloutků). *Na ozdobu:* 1 velký hlávkový salát - 10 ředkviček - 5 malých kulatých rajských jablíček.

Rozpočet na majonézu: 1 vařený žloutek - 1 syrový žloutek - špetku soli - ⅛ *l* olivového oleje - ze ¼ citronu šťáva - 1 kávová lžička vinného octa - 2 zrnka tluč. pepře - 1 velká lžíce ušlehané smetany.

Přípravu Majonézy viz majonézy str. 183.

Lososový salát.

Lososa konservovaného vyndáme z krabice na mísu, osušíme, trochu jej osolíme, opepříme, pokapeme dobře citronovou šťávou a dáme do elektrické nebo s ledem ledničky na 1 hodinu. Mezitím ve studené vodě rozmočíme želatinu. Rozpuštěnou želatinu nalijeme do horkého octa, soli, pepře a dáme trochu vychladnouti. Poté přidáme ušlehanou smetanu a lososa. Takto upraveného lososa dáme opět do ledničky. Skleněnou nebo stříbrnou mísu vyložíme očištěnými listy

hlávkového salátu, na něj upravíme vychlazený salát, kolem jej ozdobíme nakrájenou kyselou okurkou, rajským jablíčkem a podáváme.

Rozpočet pro 5 osob: ¼ *kg* krabice lososa - ½ čajové lžičky soli - ¼ lžičky čajové bílého tluč. pepře - 3 lžíce citronové šťávy - 3 lístky želatiny - 1 velká lžíce studené vody - 3 polévkové lžíce octa - málo soli - na špičku nože tluč. pepře - ⅛ *l* ušlehané smetany. *Na ozdobu:* 1 hlávkový salát - 2 kyselé okurky - 2 rajská jablíčka.

Kyselé okurky s majonézou.

Pěkné, tvrdé kyselé okurky oloupáme, po šířce je rozkrájíme na 2 díly, načež špičky uřízneme a jádra odstraníme. Potom oba díly naplníme zeleninovým neb vlašským salátem, složíme vždy 2 díly k sobě, dáme na mísu, polijeme majonézou a ozdobíme jimi studené maso, nebo okurky podáváme místo vlašského salátu.

Rozpočet pro 5 osob: 5 kyselých okurek. Úprava zeleninového salátu viz str. 229, úprava vlašského salátu viz str. 234. Majonéza z vařených žloutků viz str. 183.

Ocet ze slupek jablek.

Slupky s jablek dáme do větší láhve (okurkové), přidáme na ně trochu vinného octa, kousek chleba, kousek cukru, láhev doplníme studenou vodou, převážeme papírem, který propícháme silnější jehlou, načež láhev postavíme do teplé místnosti (15—20° C) na 3—4 dny. Po tu dobu mícháme každý den ocet. Když jest tekutina čistá, jest kvašení skončeno. Pak ocet procedíme přes čisté plátno do lahví, dobře zazátkujeme a uschováme.

Takto můžeme připraviti i vinný ocet z kysaného vína neb rybízových vymačkaných bobulek.

Rozpočet: Na 1 *kg* slupek - ⅛ *l* octa - 3 kostky cukru - 3 *dkg* chlebové kůrky.

Estragonový ocet.

Estragonové lístky dáme do čisté, asi dvoulitrové láhve, přidáme trochu soli a tolik vinného octa, aby byla láhev plná. Pak ji ovážeme dvakráte pergamenovým papírem a šestkrát jej jehlou propíchneme a postavíme na teplé místo na 3—4 neděle. Občas nutno lahví zatřásti. Poté ocet slijeme přes husté plátno do čistých lahví, zazátkujeme a ve studenu uložíme.

Rozpočet: 10 *dkg* estragonových lístků - 3 *g* soli.

c) Zavařené zeleniny a houby.

Naložená červená řípa k masu.

Dobře vypranou červenou řípu uvaříme v páře nebo ve slané vodě do měkka. Pak ji vložíme do studené vody a oloupáme. Oloupanou na-

krájíme zeleninovým vroubkovaným nožem na tenké lístky, které rovnáme do kamenného neb porcelánového hrnce, prokládáme očištěným, na lístky nakrájeným křenem a zalijeme studeným octem, který jsme povařily s trochou šťávy ze řípy, s cukrem, solí a fenyklem. Řípa musí býti potopena. Potom ji dáme dobře přikrytou do studena; za 3—4 dny se může jísti.

Rozpočet: Na 1 *kg* řípy asi ½ *l* vinného octa - lžičku soli - 3 lžíce šťávy z řípy - 6 *dkg* křenu - ½ lžičky fenyklu neb anýzu - ½ *dkg* cukru. Ocet si připravíme podle chuti.

Zelená fazolka zavařená v soli.

Pěknou, ne dřevnatou zelenou fazolku zbavíme vlákna, nakrájíme ji na šikmé kousky a v osolené vodě povaříme 4 minuty. Vařenou fazolku, dobře okapanou, urovnáme do patentních sklenic, zalijeme procezenou slanou vodou, ve které se fazolka vařila, na povrch fazolky položíme 2 kolečka očištěného křenu, načež sklenice opatříme gumičkou, uzavřeme skleněným víčkem a v páře vaříme při 100° ¾ hodiny. Vychladlé láhve očistíme a ve studenu uložíme.

Rozpočet: na 1 litr vody: 1 *dkg* soli - 1 *dkg* křenu - 50 *dkg* fazolky. Zelenou fazolku v zimě upravíme s kyselou smetanou, viz str. 217.

Zelená fazolka v octě.

Připravíme si fazolku jako v předcházejícím předpise a uvaříme ji též ve slané vodě se lžicí octa 4 minuty. Vařenou, dobře okapanou urovnáme do čistých sklenic, zalijeme studeným, čistým, vařeným octem se solí a celým pepřem, na povrch fazolky položíme 5 koleček křenu, sklenice uzavřeme jako předešlé a v páře fazolku při 100° vaříme ¾ hod. Vychladlé láhve očistíme a ve studenu zuložíme. Fazolku podáváme k masu nebo ji upravíme zadělávanou s kyselou smetanou, viz str. 217.

Rozpočet: na 50 *dkg* zelené fazolky - sůl - 1 *l* vody - 2 lžíce octa - na zalití 1½ *l* octa - sůl - 5 zrnek pepře - 3 *dkg* křenu.

Naložený celer.

Očištěné celery vložíme do studené vody s octem a solí a uvaříme do měkka. Pak je necháme ve studené vodě vychladnouti, načež je nakrájíme vroubkovaným nožem na plátky. Nakrájené plátky klademe zatím do vody s citronovou šťávou. Pak narovnáme vrstvu celeru do čisté láhve, zalijeme jej octem vařeným s cukrem a solí, dáme opět vrstvu celeru, pak ocet a tak pokračujeme, až je láhev plná. Celer proto vrstevnatě zaléváme, aby nevznikly vzduchové prostory. Pak zavážeme sklenici dobře pergamenovým papírem nebo složíme celer do patentních lahví, uzavřeme víčkem a sterilisujeme při 100° ½ hodiny.

Rozpočet pro 5 osob: 4 celery - ¼ *l* bílého octa - ⅛ *l* vody - 2 *dkg* cukru - sůl.

Květák v octě.

Pěkný, čerstvý, bílý květák rozdělíme na růžičky, vypereme v osolené vodě, pak jej vložíme do vařící, osolené vody a uvaříme ne příliš do měkka. Vařený květák necháme ve studené vodě s citronem vychladnouti. Pak jej složíme do sklenice jako celer, zaléváme studeným octem svařeným s několika zrnky pepře, solí, povážeme pergamenovým papírem a uložíme ve studenu. Na květák musíme dáti dobrý bílý ocet, jinak ztratí chuť i barvu.

Rozpočet: Na 2 růže květáku asi ¼ *l* ostrého bílého octa - ⅛ *l* vody - sůl.

Cibulky v octě.

Perlové cibulky neb šalotky oloupáme, vložíme je do osolené vody a povaříme. Potom vodu slijeme, na cibulky nalijeme dobrý vinný ocet a opět je povaříme. Cibulky složíme do sklenice, do octa zamícháme několik celých pepřů, bobkový list, hořčicové semínko a vše nalijeme na cibulky. Studené povážeme pergamenovým papírem a uložíme ve studenu.

Rozpočet: Na 1 *kg* cibule asi ⅜ *l* octa - sůl - 5 zrnek pepře - bob. list - ¼ kávové lžičky hořčicového semínka.

Rajská jablíčka v octě.

Červená, tvrdá, nepomačkaná jablíčka opereme, složíme do láhve, zalijeme vychladlým vinným octem, povařeným s několika zrnky pepře, nového koření a bobkovým listem. Láhev povážeme pergamenem a uložíme ve studenu. Taktéž můžeme urovnaná jablíčka zalíti syrovým ostrým bílým octem a pak zavázané sklenice uschovati.

Zavařenina z rajských jablíček.

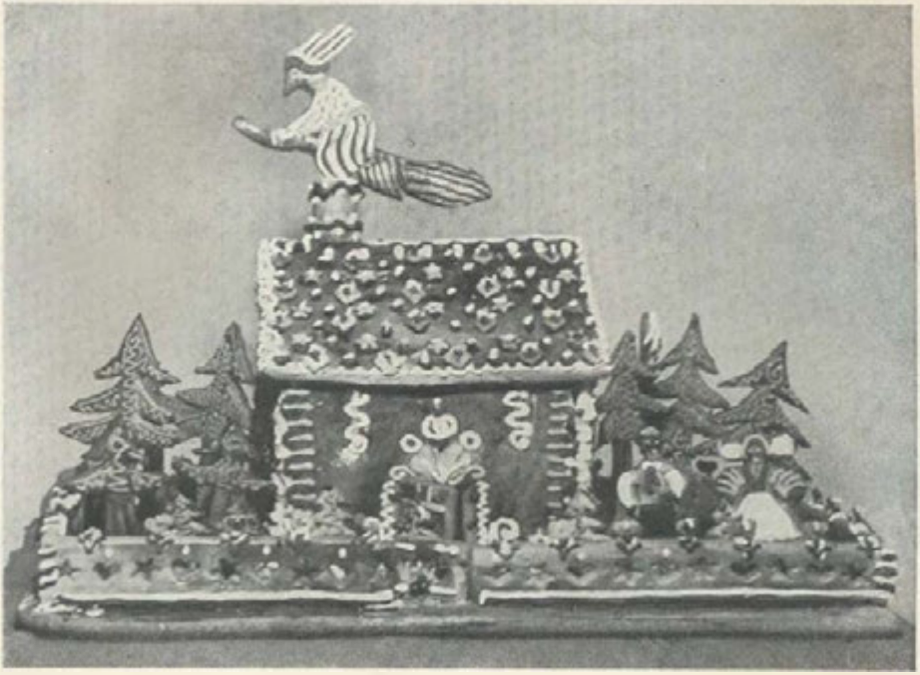
Červená, opraná rajská jablíčka vložíme do vařící vody a na mírném ohni je povaříme. Pak je z vody vyndáme na síto, hned prolisujeme do kastrolu, načež uvaříme rychle šťávu ve větším, tenkostěnném kamenném kastrolu, stále ji míchajíce, až je hustá jako kaše. Přidáme jemný krystalový cukr a vaříme ještě tak dlouho, až kapka na talíři zůstává kulatá a po chvilce tuhne. Horkou zavařeninu nalijeme do malých, vyhřátých skleniček, a když vychladne, povážeme ji dobře pergamenem, neb zalijeme lojem a ještě povážeme. Zavařeninu dáváme do malých lahví, aby se vždy najednou spotřebovala na omáčky. Připravujeme-li z této zavařeniny omáčku, nesladíme ji.

Zavařeninu můžeme připraviti též bez cukru, pak ji osolíme a dáváme do masových omáček na obarvení.

Rozpočet: Na 1 *kg* jablíček asi 40 *dkg* cukru neb na 1 *kg* jablíček 2 *dkg* soli.

Americký jam (čti džém) z rajských jablíček.

Měkká červená rajská jablíčka, nakyslá jablka (ovoce), oloupanou cibuli opereme, všechno rozkrájíme na drobné kousky a v kastrole



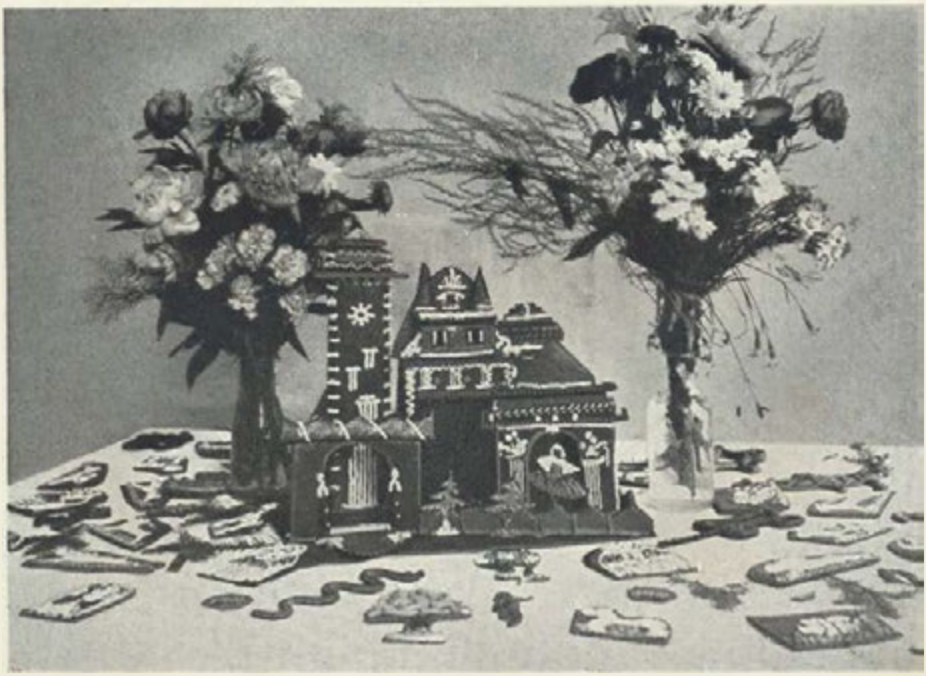
Perníková chaloupka.



Perníkový košíček s mandlovým ovocem. (Viz Mandlové hříbečky, Mandlové švestky, strana 371—372.)



Různé výrobky z perníkového těsta I. (Viz úpravu těsta na perníkovou chaloupku.)



Různé výrobky z perníkového těsta II. (Viz úpravu těsta na perníkovou chaloupku.)

dobře rozvaříme. Pak přilijeme dobrý vinný ocet a ještě povaříme. Rozvařenou směs prolisujeme na ovocném strojku neb žíněným sítem do čistého kastrolu a vaříme do zhoustnutí, stále míchajíce. Mezi vařením přidáváme tlučenou skořici, tlučený hřebíček, sůl, sladkou papriku a tlučený cukr. Úplně zahoustlý james ještě horký nalijeme do vyhřátých sklenic, a když vychladne, položíme navrch kolečko pergamenového papíru, posypeme je salicylovým práškem a sklenice ještě dvakráte pergamenovým papírem povážeme. Mezi papír rozetřeme salicylový prášek. Takto upravený jam jest velmi chutný k uzenkám (párkům), hovězímu masu, vepřovému masu a pod.

Rozpočet: 2 *kg* rajských červených jablíček - 25 *dkg* jablek (ovoce) - 25 *dkg* cibule - ¼ *l* vin. octa - 1 káv. lžička tluč. skořice - ¼ káv. lžičky tluč. hřebíčku - 1 lžíce soli - ¼ kávové lžičky sladké papriky - 15 *dkg* tluč. cukru.

Americký jam z rajských jablíček. II. způsob.

Zralá červená rajská jablíčka opereme a rozmačkáme na kaši. Pak přidáme do kaše rozstrouhanou cibuli, sůl a tlučený cukr. Vše postavíme na plotnu a stále míchajíce necháme dobře rozvařiti. Směs žíněným sítem prolisujeme do čistého kastrolu, načež přidáme francouzskou jemnou hořčici, sladkou papriku, strouhaný muškátový oříšek, ocet a tlučenou skořici. Sáček organtinový naplníme celým hřebíčkem a pepřem, vložíme do směsi a vše uvaříme do husta. Pak sáček s kořením vyndáme, horkou směs upravíme do vyhřátých sklenic a studenou zavážeme jako předešlou. Tento jam podáváme k uzenkám, masu a pod.

Rozpočet: 2½ *kg* rajských jablíček - 7 *dkg* cukru - 4 *dkg* cibule - ½ lžíce soli - 1 lžíce hořčice - 4 lžíce sladké papriky - na špičku nože muškátového oříšku - 5 lžic octa - ½ kávové lžičky tluč. skořice. - *Do sáčku:* 5 hřebíčků - 5 celých pepřů.

Míchaná zelenina v octě. (Mixed pickles.)

Připravíme si různé druhy zeleniny, jako květák, zelené fazolky, malé cibulky, drobné okurky (pepřovky), zelený hrášek, kapucínskou řeřichu, malé mrkvičky, brukev, celer, mrkev, větší okurky a ředkvičky.

Cibulky, ředkvičku, okurečky a řeřichu očistíme a 24 hod. napřed nasolíme. Pak je vysypeme na čistou utěrku a osušíme. Květák rozebereme na růžičky, očištěný celer, oloupanou brukev, petržel, velké okurky atd. nakrájíme ozdobně na špalíčky, hvězdičky, proužky atd. Potom zeleninu kromě nasolené povaříme ve vřelé slané vodě 5—20 minut, ale jenom tolik, aby příliš nezměkla. Hrášek povaříme jen 3 minuty. Vařenou zeleninu dáme každou zvlášť na talíř, aby vychladla. Potom zeleninu pěkně střídavě složíme do sklenic se širokým hrdlem, přidáme rajské jablíčko, několik zrnek černého a bílého pepře a několik koleček loupaného křenu. Povrch přikryjeme větvičkami kopru a estragonu. Do každé sklenice dáme dvě vrstvy koření, křenu a 1 malou zelenou papriku. Každou vrstvu urovnané zeleniny zalijeme studeným, svařeným, dobrým vinným octem neb bílým octem. Na po-

vrchu musí býti zelenina octem zatopena. Sklenice povážeme pergamenem a uložíme do studena. Ukládáme-li zeleninu na delší dobu, přidáme do octa trochu salicylového prášku. Zeleniny dáme podle vkusu a octa podle chuti. 15 kuliček pepře na 1 sklenici. V patentních lahvích sterilisujeme zeleninu při 100° 1 hod.

Hříbky v octě I.

Malé tvrdé hříbky (nesmí býti červivé) dobře očistíme a dobře vypereme. Potom je vložíme do osolené vařící vody s octem, povaříme je asi 5—10 minut, dáme na síto a prolijeme studenou vodou. Dobře okapané složíme do láhve, zalijeme čistým, zvlášť svařeným octem, který jsme povařily se lžičkou soli, několika zrnky pepře a bobkovým listem. Též můžeme povařiti v octě kousek cibule. Láhev povážeme dvakrát pergamenem a ve studenu uložíme.

Hříbky v octě II.

Očištěné, oprané hříbky osolíme, dáme kmín, vložíme je do kastrolu, přikryjeme pokličkou a dusíme, až pustí šťávu, načež pokličku odstraníme a hříbky necháme na mírném ohni tak dlouho, až šťáva na nich vysmahne. Takto upravené, úplně studené hříbky složíme do sklenic. Uvaříme si čistý vinný ocet s bobkovým listem, pepřem a novým kořením a dáme jej vychladnouti. Studený nalijeme na hříbky, láhev povážeme dvakráte pergamenovým papírem a při 100° sterilisujeme 8—10 minut. Tímto způsobem upravené hříbky nejsou tak bílé, ale jsou velmi chutné, a můžeme je již za 3—4 neděle požívati. *Ryzce* tímto způsobem upravené jsou výborné.

Ryzce v octě.

Malé ryzce očistíme, kořínky odřežeme, načež hlavičky v několika vodách vypereme. V hrnci povaříme trochu vody s octem, solí a kmínem. Do vařícího octa vložíme ryzce a povaříme je asi 8—10 minut. Potom je na sítě prolijeme studenou vodou, načež dobře okapané složíme do láhve, zalijeme studeným čistým octem, který jsme zvlášť povařily se solí a celým pepřem. Můžeme též přidati nové koření a bobkový list. Sklenice povážeme pergamenovým papírem a uložíme ve studenu.

Poznámka: Ryzce i hřiby povařené a zalité octem můžeme lehce přikrýti a nechati do druhého dne, načež ocet s nich slijeme, znovu jej povaříme a studený nalijeme na houby a pak je pevně zavážeme. Tímto způsobem upravené houby vydrží delší dobu.

Kopr v octě.

Pěkný mladý kopr ostříháme, vypereme a osušíme lehce utěrkou. Potom jej složíme do sklenice, zalijeme svařeným, osoleným octem a sklenice povážeme dvakrát pergamenem.

Kopr v soli.

Opraný kopr drobně usekáme, smícháme se solí a urovnáme do sklenice, kterou povážeme dvakrát pergamenovým papírem a uschováme. Tímto způsobem upravíme si též zelenou petrželku a pažitku.

Hříbky v soli.

Očištěné hříbky nakrájíme na plátky a promícháme se solí. Poté je urovnáme do sklenice, povážeme pergamenovým papírem a ve studenu uložíme. Přidáváme-li je do polévky, nesolíme ji.

Okurky v soli.

Malé zdravé okurky se operou, narovnají do lahví nebo kamenných hrnců, při čemž se prokládají opranými listy vinnými, višňovými a koprem. Aby okurky zůstaly tvrdé, můžeme přidati 1—2 dubové listy nebo kousek kamence. Okurky zalijí se osolenou, převařenou vodou, která se nechá vystydnouti. Zatížené okurky dáme ukysati do teplejší místnosti, kde je 10—20° C, což trvá týden i déle. Okurkami nesmí se hýbati. Když se utvoří na okurkách bílá mázdra, sejmeme prkénko, kterým jsou zatíženy, opereme je a dáme zase na okurky. Okurky uchovají se ve studenu. Také můžeme „lák" z hotových okurek povařiti, okurky přeložíme do jiné nádoby a zalijeme lákem. Déle vydrží. Na delší dobu uchovají se nakládané okurky v octě.

Okurky v octě.

Nakládačky máčíme 24 hodin v tvrdé studené vodě. Pak je klademe do lahví, jak uvedeno je v předcházejícím předpise, a zalijeme vinným octem. Ocet se dříve svaří se solí, pepřem a novým kořením (vcelku). Do studeného octa přidáme několik hořčičných semének a několik lžic estragonového octa (koupíme jej u větších lahůdkářů). Okurky, se kterými se nesmí hýbati, zůstanou 2 dny v teple (v kuchyni), načež se přenesou do chladnější místnosti. Do šesti dnů jsou uleželé. Okurky uchované ve chladu vydrží velmi dlouho.

Takto uložené okurky můžeme přendati do láhve, ocet převařiti, procezený nalíti na okurky, přidati 3 kolečka křenu a 15 zrnek celého pepře, 20 zrnek hořčičných semének, láhve povázati a uschovati ve studenu.

Rozpočet: 5 *l* láhev - 3 *kg* malých okurek - 2 *l* octa - 2—3 dubové listy - 15 pepřů - kousek kamence - kopr - 10 višňových listů - 4 listy z vína - sůl - lžíce octa - 5 hořčičných semének - křen.

Nakládané zelí.

Hlávky zelí, zbavené vrchních listů i košťálů, jemně nakrouháme. Dřevěnou nádobu (malý soudek) vypařenou, octem vypláchnutou vyložíme na dně zelnými listy a koprem, také jablky, kdoulemi neb

listy vinnými. Zelí promícháme solí, kmínem a sypeme do nádoby po menších vrstvách. Každou vrstvu stloukáme dřevěnou palicí. Vodu, která se přitom na zelí tvoří, sbíráme. Čím více je zelí napěchované, tím déle vydrží. Nádobu neplníme zelím až po okraj. Navrchu poklademe zelí touž přísadou jako dno nádoby, přiklopíme prkénkem a zatížíme kameny. Zelí musí býti svou šťávou zatopeno. Není-li dosti šťávy, dolijeme ji tou, kterou jsme při stloukání odbíraly. Nádoba se zelím ovázaná čistým šatem stojí v místnosti průměrné teploty 10—15° C. Kvašení zelí jeví se vystupováním pěny ze zelí, načež se tvoří plíseň na povrchu. To se stane do 14 dnů a někdy později podle množství soli i tepla v místnosti. Pak plíseň sebereme, prkénko i kámen čistě omyjeme. Není-li zelí dosti vlhké, zalijeme je svařenou osolenou vodou, neboť by se snadno kazilo. Pak pokryjeme povrch zelí čistým plátnem smočeným v lihu, na něž položíme zase prkénko i kámen, což děje se vždy, když zelí občas odebereme a dáme do studena. Soli dává se průměrně 1 % celkové váhy zelí.

IX. O MOUCE
MOUČNÉ POKRMY A KVASNICE

Od nejstarších dob znalo lidstvo důležitost obilných trav, jejichž semena sloužila mu za potravu, když tlučením a omíláním mezi kameny dobývali z ní mouky. Nebyla mouka tehdejších národů ovšem tak jemná a čistá jako mouka naše, neboť ani zrna obilná nebyla tak vyvinutá a vypěstěná jako naše obilí.

Teprve časem, a dojista že po mnoha a mnoha stoletích naučili se lidé z planých obilních trav vypěstovati ušlechtilé druhy obilné, které sili na zkypřených polích. A současně s pokrokem rolnictví poznali též nerosty, kovy, mohli hotoviti i nástroje a naučili se též obilí omílati a oddělovati zrno od slupky, aby dostali mouku a otruby.

Mouka vzniká mletím obilí ve mlýnech a její barva se řídí tím, jak dokonale jest odstraněna slupka a vrstva lepková jednotlivých zrn. Obilné zrno obsahuje asi 70% škrobu, který jest uložen v jádře v podobě zrneček různých tvarů a velikostí. Toto jádro jest obaleno silnou vrstvou obilného lepku. Lepek obsahuje nejvíce rostlinných bílkovin, ale poněvadž dává mouce tmavou barvu, bývá při mletí odstraňován. Mouka, jež obsahuje lepek, jest sice tmavší, ale výživnější než mouka bílá, která jest chudá na bílkoviny. Bílá mouka má tu přednost, že jest lehčeji stravitelná.

Na povrchu jest zrno obaleno tvrdou slupkou, která pozůstává ze zdřevnatělé buničiny. Buničina rostlin mladých jest měkká a stravitelná, avšak buničina zdřevnatělá není poživatelná.

Obilná zrnka se drtí ve mlýnech mezi mlýnskými kameny. Aby se oddělila slupka od vnitřního škrobovitého jádra, nechávají se propadávati hustými síty, obyčejně hedvábnými, která zadržují rozdrcené slupky a propouštějí pouze moučný prášek. Slupky neboli otruby jsou krmivem pro dobytek.

Barva mouky jest bělavá, poněkud nažloutlá, chuť jest nasládlá, vůně příjemná. Je-li mouka příliš žlutá, byla do ní přimíšena mouka kukuřičná, což se však stává jen zřídka. Často bývá však mouka porušována moukou horšího druhu nebo moukou bramborovou, luštěninovou a kukuřičnou. Řidčeji se do ní přimíchává sádra, křída, bílá hlinka neb i jiné nerosty, kteréžto přísady jsou však na škodu lidskému zdraví. O tom, je-li mouka takto porušena, se přesvědčíme, nasypeme-li ji do zkumavky naplněné chloroformem. Nerostné součástky klesnou ke dnu, kdežto mouka v chloroformu plove. Někdy bývá do mouky rozemlet koukol nebo námel, druh houby, který roste na obilných zrnech. Jak koukol, tak i námel jsou lidskému zdraví škodlivy a jsou-li rozemlety v mouce ve větším množství, jest taková mouka jedovatá.

Chuť mouky má býti nasládlá, nikoliv však nápadně sladká, neboť pak jistě byla umleta ze vzrostlého obilí. Naproti tomu chutná-li mouka kysele, jest ztuchlá a zplesnivělá.

Dobře umletá mouka jest kyprá a jest nutno ji uchovati v suchu, neboť ve vlhku brzy ztuchne. Rovněž se střezme uschovávati mouku blízko petroleje, benzinu, denaturovaného lihu, od nichž načichne, že není poživatelná.

Rozeznáváme mouku *pšeničnou, žitnou, ječnou, ovesnou a kukuřičnou.*

Mouka pšeničná se dělí podle čistoty a bělosti od 0 až do 8. Mouky vyšších čísel jsou mouky pícní a jsou černé. Nejbělejší a nejjemnější mouky bílé jsou dvojího druhu: *hladká* a *krupičková*. Prvé říkáme česká, druhé uherská, ačkoliv oboje se dnes semílají také v našich mlýnech.

Hladké mouky používáme při úpravě těsta máslového, lineckého nebo nudlového, mouka krupičková se hodí spíše na těsta kynutá a na těsta upravovaná se sněhem, jako těsta piškotová a pod. Tato různost mouky záleží na způsobu mletí. Do krupičkové se míchá něco nejjemnější krupice.

Mouku uchováme v místnosti vzdušné a suché, nejlépe v dřevěných truhlách, „moučnicích", které jsou opatřeny podložkami, aby mohl vzduch dolem prouditi. Občas jest dobře ji promíchati a hrudky rozmačkati, aby se předešlo líhnutí moučného molu, který mouku ničí. Také neškodí mouku občas přesíti, což se ostatně má státi vždy před upotřebením, aby se z ní odstranily všechny přimíšeniny nebo i larvy moučných molů.

Mouka pšeničná má mnoho druhů podle způsobu mletí. Používá se jí k výrobě bílého pečiva, poněvadž jest to nejjemnější mouka ze všech druhů obilí.

Mouka žitná hodí se hlavně k pečení chleba. Nejjemnější její druh se zove výražek a možno z něho péci nejen chléb, ale i buchty a jiné pečivo, které brzy tvrdne. Rovněž se z něho peče perník.

Ve Francii a Italii pekou však chléb z mouky pšeničné a neradi mají chléb žitný, jemuž říkají německý. Když v sedmileté válce dobyli Francouzi Prahy a byli nuceni péci své chlebové šišky z mouky žitné, nazývali je chlebem německým, „pain d'Allemagne". A když Pražané viděli jejich šišky a slyšeli je jmenovati stále „d'Allemagne", pekli pekaři pražští chléb podobného tvaru a říkali mu *dalamánek* (d'Allemagne). Tak nám po Francouzích zbyl na památku chléb dalamánek, kteréžto jméno zůstalo chlebovým šiškám až po dnešní dobu.

Mouka ječná bývala dříve u nás dosti oblíbena, neboť se z ní pekly lívance a někde ji přidávali i do mouky pšeničné. Dnes se jí používá zřídka v našich domácnostech.

Mouky ovesné používají k přípravě pokrmů pro děti a pro lidi churavé. Je lehko stravitelná a výživná. Netěší se však takové oblibě, jak toho zasluhuje, a teprve v poslední době mnozí lékaři ji doporučují zvlášť osobám, jež trpí slabostí žaludku.

Pro potřebu velkých kuchyní, v restauracích a sanatořích a rovněž i ve větších rodinách se dobře hodí moučné konservy: makarony, nudle, flíčky, různé druhy sušenek, zvláště když hospodyně nemá tolik času, aby mohla sama potřebné výrobky pro kuchyni obstarati. Naše výrobky toho druhu z továrny Zátkovy vyrovnají se jakostí

i cenou výrobkům cizím a hospodyně ušetří mnoho času, použije-li jich již hotových, než když sama vše pro kuchyni je nucena vyráběti.

O moučných pokrmech.

Poněvadž mouka obsahuje jen nepatrné množství tuku, jest nutno moučná jídla dobře mastiti, aby nabyly chuti a pravé výživnosti. Zato obsahuje hodně škrobu, který, jsa smíšen se slinami a žaludečními šťávami, se měni v cukr, jenž tělu velmi prospívá.

Syrová mouka jest však nestravitelná. Proto nutno vždy moučné pokrmy dobře uvařiti, upéci neb usmažiti, čímž teprve se stanou poživatelnými a stravitelnými. Při pečení je nutno znáti, jak trouba peče, a dříve ji dobře vyzkoušeti. Některá peče prudce spodem, jiná horem. V prvém případě klademe pečivo na třínožku, v druhém případě chráníme je před prudkým horkem papírem, jímž těsto přikrýváme.

Je-li pečivo pečeno též uvnitř, ukáže nám tenké dřívko, které do těsta vbodneme. Je-li dřívko suché, nejsou-li na něm částečky těsta, je pečivo propečeno též uvnitř.

Velikou výhodu mají hospodyně velkých měst, které mohou péci na sporáku plynovém. Na něm dá se teplota výborně regulovati, a když hospodyně sporák pozná a s jeho vlastnostmi se obeznámí, nechce více ani péci, ani vařiti na sporáku vytápěném uhlím. U nás je pečení a vaření plynem teprve v počátcích, avšak přijde brzy doba, že i naše kuchařky, jako v jiných evropských městech, se přesvědčí o výhodách tohoto způsobu vaření. Zde můžeme regulovati teplo, jak chceme a potřebujeme, kdežto v troubě neb na plotně mnoho záleží na úpravě sporáku, na přikládání a výhřevnosti uhlí.

V obyčejné troubě zkoušíme teplotu slabým papírkem, který ve vlahé troubě teprve po delší chvíli slabě zežloutne, při větší zežloutne brzy a při velké teplotě ihned zhnědne. Podle toho se pekou moučníky, jak který potřebuje větší neb menší teploty.

O kvasnicích.

Staří pamětníci dobře vědí, jak dříve se prodávaly kvasnice v pivovarech na žejdlíky a holby, a jak drožďařky chodívaly s putnou na zádech dům od domu nabízejíce droždí. Těsto vykynuté pivním droždím mívalo pachuť nahořklou a bylo mnohdy i cítit pivem. Ale naše babičky neměly tak mlsných jazýčků a přece jen pekly pečivo s tímto droždím, poněvadž jiného nebylo.

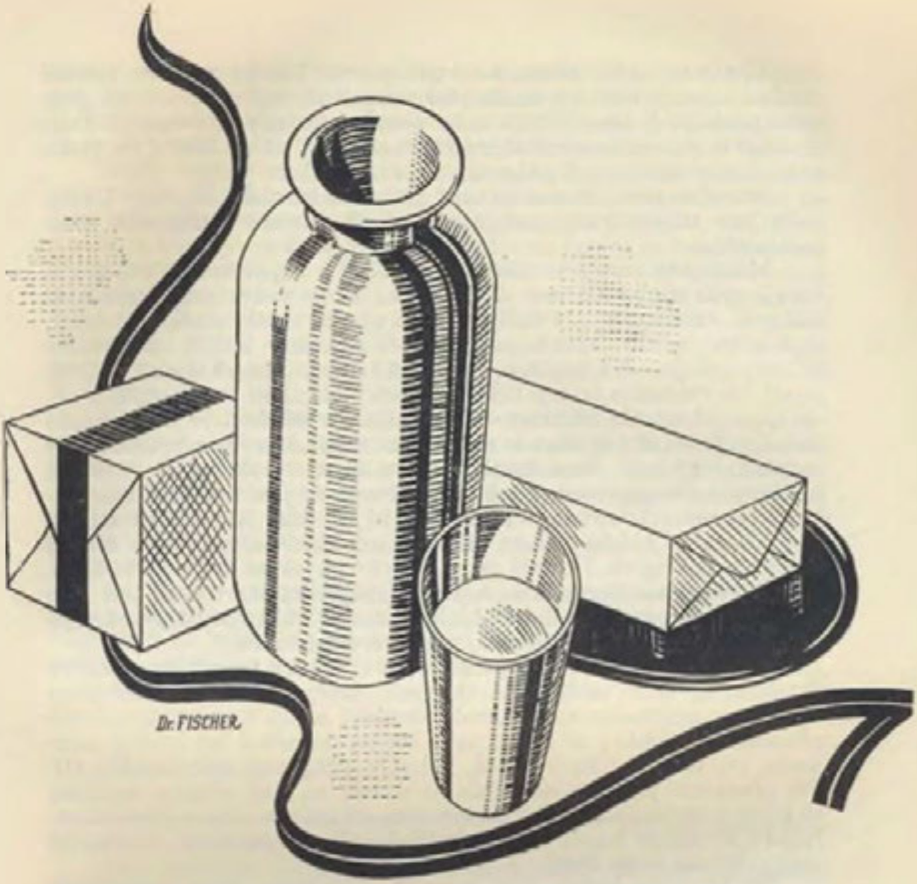
Ale když pokrokem průmyslu počalo se vyráběti droždí lisované, vytlačilo droždí tekuté úplně, poněvadž bylo čisté, bez pivní pachuti.

Droždí je látka, která vzniká při kvašení zvaném lihovém. Hlavní součástí jeho je jednobuněčný organismus, totiž kvasinková houba, pouhým okem neviditelná. Přijde-li buňka kvasinková do styku s cukrem, za mírné teploty se počne rozmnožovati a cukr rozkládati, tvoříc z něho alkohol a kysličník uhličitý. A právě tento kysličník

uhličitý snaží se z těsta uniknouti, čímž je nadzvedá, kypří, roztahuje, že zdánlivě roste, až často z okřínku neb hrnce přetéká.

Od tohoto kysličníku uhličitého zbývá v pečivu plno pórů, malých to dírek a otvorů, zvláště když droždí bylo čerstvé a když těsto kynulo znenáhla na mírném teple byvši zaděláno vlažným (asi 16° C, nikdy ne horkým) mlékem.

Kynouti mohou všechna těsta ať z mouky pšeničné, žitné nebo jiné. Kromě droždí kypříme též těsto amoniem a jinými podobnými kypřicími prášky. Rovněž dobře ušlehaný vaječný sníh nadzvedá těsto, kypří je a podporuje jeho vykynutí.



X. TUKY A MLÉKO

Tuky původu živočišného.

Tuky jsou směs glyceridů s mastnými kyselinami a vznikají fysiologickými pochody v těle. Potravě dodávají chuti a záživnosti, takže se nelze bez nich v kuchyni obejíti. Málo tučné potraviny (zeleniny, brambory, luštěniny) jest proto nutno hodně mastiti. Velké množství tuku jest při trávení obtížné.

Podle skupenství rozeznáváme *tuky tuhé*, které mají více stearinu, *tuky kapalné*, převládá-li olein.

Vlastnosti tuků. Máslo na vodě plove. Též na polévce vidíme mastná kola. Z toho plyne, že jsou tuky lehčí než voda a že se v ní nerozpouštějí. V lihu, etheru nebo benzinu se tuky rozpouštějí. Dají se zahřáti na mnohem větší teplotu než voda, až na 300° C, a proto se hodí k rychlé úpravě pokrmů, na př. k smažení.

Rozdělení tuků. Přirozené tuky jsou: máslo, sádlo, lůj, olej. Umělé tuky jsou různé druhy margarinu, ať již původu rostlinného nebo živočišného.

Máslo jest ze všech tuků nejchutnější a nejzdravější, neboť obsahuje vitaminy. Složení: 85% tuku, 10% vody, malé množství bílkovin, cukru a soli. Použijeme-li k výrobě másla sladké smetany, dostaneme máslo čajové, použijeme-li smetany kyselé, dostaneme máslo obyčejné. Na venkově se stlouká máslo v máselnicích, kde se prudkým otáčením srážejí tukové kuličky obsažené ve smetaně a oddělují se od ostatní tekutiny — *podmáslí.* Po stlučení je třeba máslo řádně vyprati, aby se zbavilo zbytků podmáslí, které bývá příčinou, že se máslo brzy kazí. Ve velkých mlékárnách se vyrábí máslo ze sladké smetany pasteurisované a má tu přednost, že jest mnohem déle poživatelné než máslo ručně vyrobené, a že jest jeho jakost vždy stejná.

Vlastnosti másla. Jakost dobrého másla závisí na druhu a stáří dojnice a na krmivu. Rovněž má velký vliv na jakost másla roční doba. V létě jest máslo barvy žluté a jest vonnější, kdežto v zimě jest jeho barva bílá. Rozkrojíme-li dobré máslo, nesmí z něho prýštiti podmáslí nebo voda. Máslo má býti tuhé, mazlavé, ne drobivé.

Do másla bývají někdy přimíchány cizí látky, na př. bramborový škrob, křída nebo umělý tuk, margarin. Byly-li do něho přimíchány cizí látky, poznáme, rozemneme-li kousek másla mezi prsty. Pevné přimíšené součástky se nerozpustí. Máslo, do něhož byl přidán margarin, poznáme po lojové vůni, neboť v margarině jest obsažen lůj. Při převáření porušeného másla se utvoří na dně nádoby ssedlina, ze které poznáme chemickým rozborem, co bylo do másla přimícháno. Někdy se máslo barví, aby bylo žlutší. Vypereme-li je ve studené vodě, zůstane voda žlutá.

Máslo, jako každá jiná potravina, podléhá zkáze působením vzduchu a světla. Tvoří se v něm kyselina máselná, která mu dodává palčivé a kyselé chuti. Příčinou vzniku této kyseliny jest zbytek podmáslí a různé bakterie, které jsou ve vzduchu. Rovněž se kazí brzy máslo spařené. Je-li v máselnici příliš vysoká teplota, utluče se máslo sice brzy, ale bývá spařené, neboť obsahuje více sýroviny a brzy podléhá zkáze.

Chceme-li uchovati máslo, dbáme toho, aby k němu neměl přístup vzduch ani světlo. Zabalíme je dobře a uložíme v chladné místnosti, v létě nejlépe k ledu. Dobře se též uchová máslo nasolené. Prohněteme je dobře solí, napěchujeme do kamenných nádob, přikryjeme plátěnkem a celou nádobu pevně ovážeme pergamenovým papírem. Takto upravené máslo vydrží delší dobu čerstvé.

Máslo převařujeme v dobrých nádobách plechových a na mírném ohni. Při převařování se z něho vypařuje voda a ničí se všechny škodlivé zárodky. Bílkoviny, jež jsou v másle obsaženy, srážejí se na povrchu jako bílá pěna. Máslo převáříme tak dlouho, až dostane

zlatovou barvu a bílkoviny klesnou ke dnu. Převařené máslo procedíme, nalijeme do čistých kamenných nádob a uchováme ve studenu. Z dobrého másla zbude po převaření až 85 % čistého tuku. Chuť másla se úplně změní, takže ho lze použíti pouze při úpravě různých pokrmů.

Sádlo vepřové tvoří vrstvu uloženou buď pod koží nebo uvnitř těla zvířete. Menší cenu než sádlo hřbetní má sádlo vnitřní, které někdy nepříjemně zapáchá. Sádlo, které chceme vyškvařiti, nakrájíme na menší kousky, vložíme do hrnce a zalijeme trochu vodou. Škvaříme je na mírném ohni, při čemž se srážejí bílkoviny a vlákénka svalová se spojují v podobě škvarečků a klesají ke dnu. Sádlo jest vyškvařeno, když jsou škvarečky růžové. Poté se nalije do kamenných nádob a ve studenu vydrží dosti dlouho. Chuť i vůně dobrého vepřového sádla jest příjemná, barva jeho jest bílá. Počíná-li sádlo žloutnouti, říkáme, že žlukne.

Chov našich vepřů nestačí na spotřebu sádla. Proto se k nám dováží nejvíce z Uher (uherští bagouni) a z americké Unie. Toto sádlo přichází do našich obchodů jako *americké sádlo*. Jest to tuk dobrý a laciný, někdy však bývá porušován olejem bavlníkovým neb lojem.

Jemnější než vepřové je *sádlo husí*, které se od vepřového liší nažloutlou barvou. Není tak tuhé jako sádlo vepřové, jest spíše krupičkovité.

Lůj hovězí a *skopový* jest vnitřní a podkožní vrstva tuku hovězího a skopového dobytka. Máslu ani sádlu se lůj nevyrovná, přece však jest to mastidlo dobré jakosti. Vyškvařuje se podobně jako sádlo, ale místo vodou podlévá se mlékem, aby nabyl jemnější chuti. Vyškvařený lůj rychle tuhne, jeho barva jest bílá, poněkud nažloutlá. Před jinými mastidly má přednost, že tak snadno nežlukne.

Tuky původu rostlinného.

K tukům původu rostlinného řadíme olej olivový a olej makový. Tyto tuky získáváme lisováním rostlin.

Olej olivový se lisuje ze zralých plodů olivy, stromu podobného vrbě, který se pěstuje ve Francii, Italii a v jižní Evropě. Plody tohoto stromu jsou podlouhlé, barvy fialové, velké asi jako drobné švestky. Jakost oleje závisí na druhu olivy, na půdě a na zralosti plodů. Nejlepší olej se získává za studena odkapáváním zralých oliv. Mírným lisováním dostaneme též dobrý olej, t. zv. panenský, který přichází do našich obchodů a prodává se za prvotřídní. Prudkým lisováním za horka dostaneme *olej dřevěný*, který jest kalný, zapáchá a chuť jeho jest nepříjemná. Používá se ho při výrobě mýdla nebo jako mazadla.

Nejlepší olej jest z okolí Janova, provenský, který se k nám ani nepřiváží, neboť se spotřebuje na jihu. Čím jest jeho barva čistší a jasnější, tím jest olej lepší.

Nikdy není olej tak čistý, aby vůbec neobsahoval dusíkatých látek. Tyto látky se působením vzduchu časem kazí a olej žlukne. Proto se má chovati v chladu a v láhvi dobře uzavřené.

Olej olivový má velký význam hlavně v krajinách jižních, kde jest jediným mastidlem. U nás se ho používá jen někdy při úpravě salátů, majonézy nebo někdy na smažení a pod.

Olej makový se lisuje z máku. Někdy se jím porušuje olej olivový. Poznáme to podle toho, že olej makový klesne ke dnu, neboť jest těžší, kdežto olej olivový zůstává na povrchu. Olej makový tuhne při 4—6° C, olej olivový při 7° C.

Tuky umělé.

Poněvadž jsou ceny tuků přirozených poměrně vysoké, jest snaha vyrobiti přípravky, které by svým účinkem a pokud možno i barvou, chutí a vůní se tukům vyrovnaly a byly levnější. Tuky umělé dělíme podle způsobu výroby na tuky živočišné a rostlinné.

K živočišným tukům patří margarin, jehož druhy, Axa, Sana, Liga a pod. jsou přípravky zvláště dokonalé. K jeho výrobě se používá čerstvého loje, který se zahřeje na 45° a potom se dá tuhnouti. Pak se lisuje, při čemž se oddělí část tuhá (stearin) od části tekuté (oleomargarinu). Tato část se smíchá s mlékem a žlutým barvivem a margarin se pak stlouká jako smetana.

K tukům původu *rostlinného* řadíme Ceres, Vitello, Visan, Kunerol a pod. Výroba těchto tuků jest podobná jako výroba tuků původu živočišného, avšak místo loje se používá kokosového másla.

Tuky jsou našemu tělu velmi potřebny právě tak jako bílkoviny a uhlohydráty. Jsou jednak obsaženy v potravinách, jednak je dodáváme tělu při úpravě pokrmů. Některé potraviny, zeleniny, mouka, brambory obsahují tuků velice málo a jest tedy nutno je hodně mastiti. Kdo však požívá tuků v nadbytečném množství, tloustne, neb tělo všechen tuk nemůže stráviti. Tuk jest špatným vodičem tepla, a proto chrání tělo před zimou, činí vlasy hebkými a pokožku vláčnou.

Tuk jest zdrojem tepelné a životní energie. Tělu lidí nemocných, kteří nemohou přijímati dostatečné množství potravin, tuk nahrazuje potřebnou energii, sám se však brzy přitom spotřebuje. Proto nechť obsahuje naše potrava vždy potřebné množství tuků vedle ostatních látek, aby naše tělo bylo správně živeno a mohlo vzdorovati různým chorobám. Chraňme se však před přílišným tloustnutím, které nejen že ubírá člověku na kráse, ale jest též i jeho zdraví škodlivé a vede často k různým chorobám.

Mléko.

Mléko jest potravina nejzdravější a nejstravitelnější. Novorozené dítě se živí téměř po celý rok potravou mléčnou, která mu jde nejlépe k duhu. Čím jest dítě starší, tím vyžaduje více potravy, a proto jest nutno mu dávati i jiné pokrmy. Přesto však má vždy tvořiti mléko důležitou část nejen v potravě dětí, ale i dospělého člověka.

Je to tekutina neprůhledná, barvy bílé. Obsahuje-li mléko málo tuku nebo je-li smícháno s vodou, jest namodralé. Dobré mléko ze zdravé, dobře živené krávy má příjemnou vůni a nasládlou chuť.

Nejvíce se používá mléka kravského, méně kozího a ovčího.

Dobré mléko obsahuje 80% vody, 5% tuku, 4% bílkovin, 5% cukru a asi 1% soli. Tato čísla jsou poněkud jiná u každého mléka,

podle toho, je-li z dojení večerního nebo ranního. Jakost mléka se též řídí plemenem, krmivem, věkem a zdravím dobytčete.

Kuličky tukové, které volně plovou v mléce, usazují se na povrchu, poněvadž jsou specificky lehčí a tvoří hustou vrstvu tukovou — *smetanu*. Sebereme-li smetanu, dostaneme *mléko sbírané*, které není již tak výživné, ale přesto ho lze použíti k různým pokrmům a též jest vhodno jako nápoj.

O jakosti mléka se přesvědčíme smetanoměrem čili cremometrem. Mléko v něm necháme státi 24 hodiny, a je-li to mléko dobré, má vrstva smetany zaujímati 9—13 *cm* smetanoměru. Hustota mléka se měří hustoměrem, nutno jest však mlékem dříve řádně zamíchati, aby bylo všude stejně husté. Stojí-li mléko v teple asi 24 hodiny, pozorujeme na něm určité změny. Účinkem mikrobů, které vniknou ze vzduchu do mléka, přeměňuje se cukr mléčný v kyselinu mléčnou. Říkáme, že mléko kysne.

Na kyselém čili sraženém mléce rozeznáváme *tvaroh* a *syrovátku*. Mikroby, jež jsou příčinou kysání mléka, se rozmnožují velice rychle a zvláště v teple, a proto, chceme-li uchrániti mléko po nějakou dobu před zkažením, postavíme je do chladné místnosti. Lépe však jest ihned mléko svařiti, neboť tím se v něm zničí všechny mikroby a škodlivé zárodky.

Při vaření mléka se utvoří na povrchu *škraloup*. Je to sražená bílkovina a velké množství tuku. Pod škraloupem se tvoří páry, které mléko nadzvedají a jsou příčinou, že vzkypí.

Mléko bývá často porušováno přiléváním vody nebo sbíráním smetany. Jen zřídka kdy bývá do něho přimíchána mouka, škrob atd., aby bylo hustší.

Poněvadž krávy trpí často různými nemocemi (tuberkulosou, slintavkou, kulhavkou atd.), není nikdy radno píti mléka nesvařeného. Proto se prodává ve velkých mlékárnách mléko buď sterilisované nebo pasteurisované. Při sterilisaci se zahřívá mléko na 100° C. Zničí se v něm všechny zárodky, avšak chuť mléka se změní. Při pasteurisaci se mléko zahřeje na 60—70° C, čímž se počet mikrobů sníží. Mléko pasteurisované zachovává chuť čerstvého mléka.

Na delší dobu se uchovává mléko kondensované a sušené. Při kondensování se zbavuje mléko částečně vody a přidává se do něho cukr. Mléko sušené se prodává jako prášek a hodí se nejvíce na cesty, kde jest nedostatek čerstvého mléka.

Převařené máslo.

Máslo rozkrájíme do většího hrnce a dáme na mírně rozehřátou plotnu jen dobře rozpustiti. Potom máslo uložíme do studena do druhého dne. Druhý den uděláme obrácenou vařečkou dva otvory, kterými vylijeme přebytečnou syrovátku. (Můžeme jí upotřebiti na zadělávání kynutého těsta, aniž bychom přidaly másla.) Máslo zbavené syrovátky postavíme na mírný oheň a povaříme tak dlouho, až dostane zlatovou barvu. Poté máslo procedíme řídkým plátnem do čistých kamenných nádob, a když úplně ztuhne, položíme na

máslo, vodou zvlhčené, dobře otřené kolečko pergamenového papíru, veliké jako je průměr hrdla hrnce, posypeme čistou solí a hrnec ještě dobře pergamenovým papírem pováže me. Ve studenu a tmavém místě (nejlépe ve sklepě) uložíme. Takto převařeného másla upotřebíme na smažení. — Na př. na koblihy — boží milosti — neb telecí řízky — kapra a pod.

Míchaný omastek.

V mléce vyškvařený, procezený lůj (výřezový), dobře vyškvařené, procezené vepřové sádlo a převařené máslo za tepla promícháme dáme do čistého hrnce a když omastek vychladne, zavážeme jej jako převařené máslo a ve studenu uschováme. Tohoto omastku upotřebíme do těsta a na smažení.

Rozpočet: 1 *kg* loje - 1 *kg* sádla - 1 *kg* převařeného másla - ¼ *l* mléka.

Medové máslo.

Čerstvé máslo bez přísad utřeme v porcelánové anebo skleněné nádobě do pěny, do které přidáváme stále míchajíce rozpuštěný, avšak studený med. Takto utřené medové máslo potíráme na žemle a podáváme k snídani, k čaji anebo dětem k večeři.

Jedná-li se o smíchání větší částky másla s medem, které se nespotřebuje k jedné přesnídávce nebo večeři, použijeme bezpodmínečně čajové máslo jen prvotřídní, jinak by se medové máslo za několik dní zkazilo. Medové máslo po zpracování uschováme ve studenu v porcelánové nádobě.

Rozpočet pro 5 osob: 15 *dkg* másla - 15 *dkg* medu - 10 žemlí.



XI. MOUČNÍKY

Příprava kvasnic do těsta.

Kvasnice (droždí) jsou drobnohledné houby, které se za příznivých okolností rychle množí, zvláště, přijdou-li do styku s vlažným mlékem, cukrem a vlahou moukou. Především musíme míti kvasnice čerstvé, neokoralé, žlutavé barvy, příjemné vůně. Nežli je přidáme do těsta, vyzkoušíme je tím, že si takto upravíme kvásek: Do hrnečku rozdrobíme si určené množství droždí (kvasnic), přidáme čajovou lžičku cukru a umícháme kašičku, načež přidáme trochu mouky a vlahého mléka a vymícháme řídké těstíčko, které s hrnečkem postavíme na talíř a dáme kynouti na teplé místo. Přibude-li jich za malou chvíli o polovinu více, dáme je do připravených součástek na určené těsto a vařečkou těsto tak dlouho pracujeme, až je lesklé a na mísu se nelepí. Pak vařečku vyndáme, těsto upravíme, posypeme je málo moukou, přikryjeme ubrouskem a dáme vykynouti na teplé místo. Když těsto nabude o polovinu, upravíme z něho koláče, buchty, vánočky a pod., které opět dáme kynouti, načež je potřeme vajíčkem

nebo máslem a pečeme vždy v dobře vytopené troubě. Těsto potíráme vajíčkem neb tukem vždy až před vložením do trouby, neboť vajíčka i tuk zabraňují kynutí.

České koláče I.

Do prosáté, málo osolené mouky přidáme cukr, utlučenou prosátou vanilku a ustrouhanou citronovou kůru. Pak tam nalijeme z droždí (kvasnic) připravený, vykynutý kvásek, ohřáté mléko, ve kterém jsme umíchaly rozpuštěné máslo a žloutky a vypracujeme z toho měkké, lesklé těsto. Pak vařečku vyndáme, těsto posypeme moukou a dáme na teplé místo vykynouti.

Vykynuté těsto na pomoučeném vále vyválíme na 1 *cm* silně, nakrájíme čtverečky, do každého doprostřed upravíme nádivky (tvarohovou, makovou, zavařeninu a pod.), rohy poněkud vytáhneme, dáme dohromady nad nádivkou tak, aby nádivka se čtyř stran byla viděti, načež koláče složíme na rozehřátý, máslem pomazaný plech a dáme vykynouti. Pak je potřeme umíchaným žloutkem a v horké troubě je upečeme do červena.

Upečené ještě horké potřeme rozpuštěným máslem a posypeme cukrem.

Rozpočet pro 5—10 osob: 50 *dkg* mouky - sůl - ½ *cm* utluč. vanilky - citr. kůra - 2 *dkg* droždí (kvasnic) - ¼ *l* mléka - 10 *dkg* másla - 7 *dkg* cukru - 2 žloutky - 2 *dkg* másla na plech a potření koláčů a 1 žloutek na povrch - 1 *dkg* vanilkového cukru. Nádivky viz str. 273!

České koláče II.

Do umíchaného másla dobře zamícháme cukr, žloutky, tlučenou vanilku, sůl a strouhanou citronovou kůru. Pak k tomu nalijeme z droždí připravený kvásek (málo cukru, mléka a mouky), přidáme ostatní mouku a mléko, vypracujeme těsto jako předešlé a dáme kynouti. Pak z něho upravíme koláče tak, jak jest udáno v předešlém předpise a dáme opět kynouti. Poté je potřeme žloutkem, posypeme cukrovou drobenkou a dáme do horké trouby péci. Upečené posypeme málo vanilkovým cukrem.

Drobenka. Na vál si připravíme prosívanou mouku a prosátý moučkový cukr. Do něho přidáme máslo, nožem je v mouce a cukru dobře usekáme a lehce ještě rukou promícháme a do upotřebení necháme ve studenu.

Rozpočet pro 5—10 osob: 14 *dkg* másla - 5½ *dkg* cukru - 3 žloutky - ½ *cm* vanilky - strouhanou citronovou kůru - sůl - 3 *dkg* droždí - ½ *dkg* cukru - 5 *dkg* mouky a ⅛ *l* mléka na kvásek - 45 *dkg* mouky krupičkové - ⅛ *l* mléka na zadělání - 1 žloutek. — *Na drobenku:* 4 *dkg* mouky - 3 *dkg* cukru - 3 *dkg* másla.

Kulaté koláčky.

Připravíme si kynuté těsto jako na české koláčky I. Z vykynutého těsta nakrájíme lžicí kousky, uděláme bochníčky, které na pomaštěném plechu necháme vykynouti. Zatím dáme do čistého rohu utěrky

trochu mouky a zavážeme ji motouzem, abychom měly pěkné tvořítko na koláčky. Vykynuté bochníčky připraveným tvořítkem v prostředku vytlačíme, načež okraje koláčků potřeme žloutkem, důlek naplníme tvarohovou nádivkou, ozdobíme ji očištěnými hrozinkami nebo makovou nádivkou, kterou posypeme sekanými mandlemi a koláčky dáme ještě kynouti. Poté okraje ještě jednou potřeme žloutkem a koláčky upečeme v horké troubě do červena. Chceme-li, aby koláčky delší dobu byly křehké, potřeme upečené okraje rozpuštěným máslem. Tyto koláčky v době švestek plníme rozpůlenými švestkami, které klademe řeznou stranou vzhůru a sypeme je drobenkou, načež je upečeme. Též je plníme opranými černými jahodami (borůvkami) a sypeme strouhaným perníkem a cukrem. Nádivky do koláče viz str. 273.

Rozpočet pro 5—10 osob: 50 *dkg* mouky - sůl - citronová kůra - vanilka - 2 *dkg* droždí - ¼ *l* mléka - 9 *dkg* másla - 7 *dkg* cukru - 2 žloutky - 1½ *dkg* másla na plech a potření koláčů a 1 žloutek na povrch - 1 *dkg* vanilkového cukru na posypání (bílky se mohou upotřebiti na obalování bramborových smaženek nebo řízků masa a pod.).

Rychlé koláčky.

Do prosáté krupičkové mouky rozsekáme na vále máslo a droždí. Poté dáme vše do mísy, přidáme sůl, citronovou kůru, vanilku, tlučený cukr a studenou sladkou smetanu, ve které jsme umíchaly žloutky. Těsto dobře a lehce vypracujeme, hned krájíme lžicí kousky, uděláme koláčky jako v předešlém předpise (kulaté koláčky) a dáme je vykynouti. Pak potřeme okraje žloutkem, důlek vyplníme zavařeninou, posypeme sekanými oříšky neb mandlemi neb jinou nádivkou a koláčky upečeme v dobře vytopené troubě do červena. Teplé pocukrujeme.

Rozpočet pro 5 osob: 30 *dkg* mouky - 5 *dkg* mouky na vál - sůl - 12 *dkg* másla - 3 *dkg* cukru - 2 *dkg* droždí - citronová kůra - vanilka - ⅛ *l* sladké syrové smetany - 2 žloutky - 2 *dkg* másla na plech - 1 žloutek na potření koláčů - 20 *dkg* malinové zavařeniny - 3 *dkg* oříšků neb mandlí.

Koláčky z těsta kynutého za studena.

(*Zmrzlé koláčky.*)

Do mísy si připravíme prosátou krupičkovou mouku, sůl a citronovou kůru. Pak tam nalijeme droždí vykynuté ve vlahé smetaně, celé vejce, žloutek, 3 lžíce rozpuštěného másla a vypracujeme dobře vláčné těsto. Poté je dáme do vodou navlhčeného, máslem vymazaného ubrousku, volně je zavážeme, aby mohlo kynouti a vložíme do vysokého hrnce do studené vody. Když vyplave na povrch nebo se převrátí, je správně vykynuté. Pak z něho obyčejným způsobem uděláme koláčky, potřeme je vajíčkem, naplníme nádivkou a upečeme. Večer zaděláme těsto a ráno připravíme koláče. Z téhož těsta, avšak o něco tužšího, můžeme dělati preclíky. Pečené horké koláče hodně posypeme vanilkovým cukrem.

Rozpočet pro 5 osob: 25 *dkg* mouky - sůl - citronová kůra - 1½ *dkg* droždí - $^1/_{16}$ *l* smetany - 1 vejce - 1 žloutek - 7 *dkg* másla - 1 vejce na potření - 2 *dkg* másla na plech - 4 *dkg* vanilkového cukru.

Švestkový koláč.

Připravíme si prostředně tuhé těsto tak, jak jest udáno na české koláčky I. Dobře je vypracujeme a dáme vykynouti. Z vykynutého těsta vykrojíme větší 2 díly, zakulatíme bochánky, položíme je na pomaštěný plech a dáme vykynouti. Pak je potřeme máslem, utvoříme z nich velké koláče, okraje potřeme žloutkem, prostředky posázíme rozpůlenými švestkami řeznou plochou vzhůru, posypeme tlučeným mákem s cukrem, pokapeme máslem a dáme péci do dobře vyhřáté trouby. — Upečené posypeme cukrem a studené nakrájíme. Tento koláč můžeme místo tlučeným mákem posypati strouhaným perníkem, cukrem a skořicí aneb máslovou drobenkou.

Rozpočet pro 5—10 osob: 50 *dkg* mouky krupičkové - sůl - utluč. vanilka - citronová kůra - 7 *dkg* cukru - 2 *dkg* droždí - ¼ *l* mléka 12 *dkg* másla - do těsta - 2 žloutky - 2 *dkg* másla na plech a potření těsta - 1 žloutek - 150 *dkg* švestek - 3 *dkg* máku - 3 *dkg* cukru - 1 *dkg* másla.

Kynuté koláčky z máslového těsta.

Na vál si připravíme hladkou mouku, do ní nožem rozsekáme máslo, rychle uděláme bochánek, válečkem jej poněkud roztlačíme, dáme na pomoučený talíř a uložíme do studena. Krupičkovou mouku dáme do mísy, přidáme málo soli, cukru, citr. kůru, tluč. vanilku a droždí, ve vlahé smetaně, málo cukru a mouky vykynuté a žloutky. Těsto, které nesmí býti příliš tuhé, dobře vypracujeme a dáme vykynouti. Pak je na pomoučeném vále poněkud vyválíme, máslové těsto na něj položíme, dobře je kynutým těstem obalíme a obě těsta vyválíme na obdélník. Přebytečnou mouku smeteme, těsto složíme na třikrát, znovu vyválíme, složíme, opět vyválíme a složíme. Konečně těsto vyválíme na 1 *cm* silný obdélník, nakrájíme je na čtverečky, rohy těsta vytáhneme, prostředky naplníme zavařeninou neb i jinou nádivkou a pak spojíme rohy dohromady. Plech vymažeme rozehřátým máslem, koláče na něj složíme a dáme vykynouti. Poté je potřeme umíchaným žloutkem a upečeme je v horké troubě. Horké pocukrujeme vanilkovým cukrem.

Rozpočet pro 5—10 osob: 12 *dkg* hladké mouky - 24 *dkg* dobrého másla - 28 *dkg* krupičkové mouky - sůl - 3 *dkg* tlučeného cukru - citronová kůra - vanilka - 2 *dkg* droždí - ⅛ *l* vlahé smetany - 2 žloutky - 3 *dkg* mouky na vál - 10 *dkg* husté zavařeniny (rybízové) - 2 *dkg* vanilkového cukru na posypání - 1 žloutek na potření koláčů.

Skládaný koláč.

Z vykynutého těsta jako na české koláčky I. vyválíme si čtyři kulaté větší tenké (koláče) placky. První položíme na pomaštěný plech, na ni rozetřeme tvarohovou nádivku, přidáme na ni druhou placku, potřeme ji jablkovou nádivkou, dáme třetí placku, na ni rozetřeme makovou nádivku a dáme poslední placku, kterou potřeme zavařeninou nebo dobrými povidly a posypeme hustě máslovou drobenkou. Když koláč vykyne, upečeme jej v dobře vytopené troubě. Pečený pocukrujeme.

Také se může připraviti tak, že se první placka potře nádivkou, na ni dá druhá, která se potře vajíčkem, posype drobenkou a upeče. Nádivky viz str. 273!

Rozpočet pro 5—10 osob: 50 *dkg* mouky - 7 *dkg* cukru - sůl - vanilka - citronová kůra - 2 *dkg* droždí - ¼ *l* mléka - 12 *dkg* másla - 1 žloutek - 2 *dkg* másla na plech a 1 žloutek - 1 *dkg* vanilkového cukru.

Bramborové koláčky.

Do prosáté mouky dáme sůl, prolisované vař. brambory, citr. kůru a vanilku. Pak přidáme v mléce vykynuté droždí, rozpuštěné máslo a vejce. Vypracujeme tuhé těsto a dáme vykynouti. Poté těsto vyválíme, nakrájíme čtverečky, rohy povytáhneme, doprostřed dáme zavařeninu, růžky složíme doprostřed, načež koláčky složíme na máslem potřený plech a když vykynuly, potřeme je vajíčkem a dáme prudce péci do horké trouby. Upečené horké hodně pocukrujeme.

Rozpočet pro 5—10 osob: 25 *dkg* krupičkové mouky - 25 *dkg* vařených brambor - sůl - citronová kůra - vanilka - 2 *dkg* másla - 1½ *dkg* droždí - asi ⅛ *l* mléka - 1 vejce - 10 *dkg* zavařeniny - 1 vejce na potření - 4 *dkg* cukru na posypání - 2 *dkg* másla na plech.

Hanácké koláče.

V míse mícháme máslo, cukr, žloutky, vanilku, citr. kůru a sůl. Poté tam přilijeme připravený vykynutý kvásek, přidáme prosátou krupičkovou mouku a vlahou smetanu. Zaděláme prostředně tuhé těsto a dáme je vykynouti na vlahé místo. Z vykynutého nakrájíme větší kousky, uděláme bochníčky, které na kraji povytáhneme. Doprostřed každého dáme dobrou tvarohovou nádivku, opět upravíme bochníčky a dáme na pomaštěný plech vykynouti. Vykynuté roztlačíme jako kulaté koláčky, okraje potřeme umíchaným žloutkem, prostředky naplníme dobrou povidlovou nádivkou a povrch koláčů posypeme máslovou drobenkou (viz Nádivky). Pak je dáme péci do dobře vytopené trouby. Upečené pocukrujeme vanilkovým cukrem.

Rozpočet pro 5—10 osob: 12 *dkg* másla - 8 *dkg* cukru - 2 žloutky - vanilka - sůl - citronová kůra - kvásek - (3 *dkg* droždí) - ⅜ *l* smetany - 50 *dkg* mouky - 3 *dkg* másla na plech - 1 žloutek na potření. — *Náplň tvarohová:* 5 *dkg* másla - 20 *dkg* cukru - 1 žloutek 30 *dkg* strouhaného tvarohu - citronová kůra - 1 hořká mandle - (viz Přípravu nádivky). — *Povidla:* 40 *dkg* povidel - 10 *dkg* cukru - citronová kůra - tlučená skořice - 1 lžička rumu. — *Drobenka:* 4 *dkg* mouky - 1 *dkg* cukru - 3 *dkg* másla.

Koláč zdobený mřížkami.

Do umíchaného másla, cukru a žloutků přidáme sůl, citr. kůru a vanilku. Pak tam nalijeme z droždí v mléce vykynutý kvásek a vlahé mléko, přisypeme mouku, vypracujeme měkké, lesklé těsto a dáme vykynouti. Vykynuté těsto rozdělíme na 2 díly; první díl položíme na pomaštěný plech, roztlačíme jej na obdélník, potřeme připravenou nádivkou, buď zavařeninou nebo tvarohovou nebo makovou nádivkou, z druhého těsta uděláme kulaté tenké válečky a složíme je na nádivku.

Zavařeninu neb mák posypeme loup. sekanými mandlemi, tvarohovou nádivku ozdobíme očištěnými rozinkami a dáme koláč vykynouti. Pak mřížky potřeme umíchaným žloutkem a koláč upečeme v horké troubě.

Maková nádivka: viz Makový závin, str. 261!

Tvarohová nádivka: Do umíchaného másla s cukrem a žloutkem přidáme strouhaný tvaroh, citr. kůru, tluč. vanilku, hořkou mandli a z bílků sníh.

Rozpočet pro 5 osob: *Těsto:* 8 *dkg* másla - 5 *dkg* cukru - 2 žloutky - citron. kůra - vanilka - sůl - 2 *dkg* droždí - ¼ *l* mléka - 38 *dkg* mouky. — *Nádivka:* 2 *dkg* másla - 3 *dkg* cukru - 1 žloutek - 12 *dkg* tvarohu - citr. kůra - vanilka - 1 hořká mandle - 1 bílek na sníh - 2 *dkg* másla na plech - 5 *dkg* rozinek - 1 vejce.

Makovníčky.

Připravíme si tužší kynuté těsto jako na české koláče a dáme vykynouti. Z vykynutého těsta nakrájíme menší kousky, uděláme bochníčky, které dáme na pomoučené prkénko vykynouti. Pak každý bochníček poněkud vyválíme, do poloviny naplníme makovou nádivkou, uděláme makovníčky a dáme je na pomaštěný plech opět vykynouti. Pak je potřeme žloutkem, nastříháme čistými nůžkami, aby mák bylo vidět, a v horké troubě je upečeme do červena.

Pak je posypeme vanilkovým cukrem. — Nádivku si připravíme jako na makový závin, str. 261.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* mouky - sůl - citr. kůra - 10 *dkg* cukru - vanilka - 2 *dkg* droždí - $^{3}/_{10}$ *l* vlahého mléka - 2 žloutky - 10 *dkg* másla - 2 *dkg* másla na plech - 1 žloutek na potření - vanilkový cukr na posypání.

Buchty I.

Prosátou mouku v míse osolíme a dáme ohřáti. Pak do ní přidáme cukr, tluč. vanilku, strouhanou citr. kůru a nalijeme vykynuté droždí (viz Příprava kvasnic, str. 253!). Pak přidáme vlahé rozpuštěné máslo, žloutky, podle potřeby vlažného mléka a vypracujeme měkké těsto. Poté těsto urovnáme, vařečku vyndáme, těsto posypeme moukou a dáme na teplé místo vykynouti. Vykynuté těsto vyválíme na pomoučeném vále asi na 1 *cm* silně, nakrájíme čtverečky, plníme je připravenou nádivkou (povidlovou, makovou, tvarohovou, jablkovou nebo ovocem), upravíme buchtičky, složíme je do vymaštěného pekáče, každou buchtičku po straně potřeme máslem a dáme je vykynouti. Pak buchty povrchu potřeme rozpuštěným máslem a v dobře vytopené troubě je upečeme do červena.

Prochladlé vyklopíme a pocukrujeme.

Rozpočet pro 5—10 osob: 50 *dkg* mouky - sůl - citronová kůra - vanilka - 5 *dkg* cukru - 2 *dkg* droždí - ¼ *l* mléka - 6 *dkg* másla - 1 žloutek - 5 *dkg* másla na vymazání - 2 *dkg* vanilkového cukru na posypání.

Buchty II.

Na vále si s moukou rozsekáme nožem čerstvé máslo, dáme do mísy, přidáme cukr, sůl, vanilku, citronovou kůru, hořké strouhané

mandle, vlahé mléko, ve kterém umícháme žloutky a vejce a naposled přidáme z droždí připravený, vykynutý kvásek a vše důkladně vypracujeme. Pak dáme těsto vykynouti. (Měkké, přiměřeně tuhé těsto.) Vykynuté těsto vyválíme, nakrájíme čtverečky, plníme je nádivkou povidlovou, makovou atd., uděláme buchtičky, které složíme do vymazaného pekáče, při čemž je po stranách pomažeme máslem a dáme vykynouti. Pak je na povrchu potřeme máslem a v mírnější troubě je upečeme. Prochladlé vyklopíme a pocukrujeme.

Rozpočet pro 5—10 osob: 50 *dkg* krupičkové mouky - 12 *dkg* másla - 10 *dkg* cukru - sůl - vanilka - citronová kůra - 2 hořké strouhané mandle - ¼ *l* vlažného mléka - 2 žloutky - 1 vejce - 2½ *dkg* droždí - 5 *dkg* másla do pekáče - vanilkový cukr.

Třené buchty.

Do umíchaného másla, cukru, žloutků, citr. kůry a utluč. vanilky nalijeme vykynutý kvásek, připravený ze 3 *dkg* droždí, ½ *dkg* cukru, ⅓ *l* vlahého mléka a ze 22 *dkg* mouky. Vše zamícháme, osolíme, těsto zahustíme podle potřeby ostatní moukou (28 *dkg*), dobře vypracujeme a dáme vykynouti. Pak z těsta uděláme buchty jako předešlé a také tak je upečeme. Prochladlé pocukrujeme.

Rozpočet pro 5—10 osob: 12 *dkg* másla - 4 *dkg* cukru - 4 žloutky - sůl - citronová kůra - vanilka - 3 *dkg* droždí - ½ *dkg* cukru - 22 *dkg* krupičkové mouky - ⅓ *l* vlahého mléka - 28 *dkg* mouky - 6 *dkg* másla na pekáč.

Dukátové buchtičky s vinnou pěnou nebo s vanilkovým krémem.

Do utřeného másla s cukrem a žloutky zamícháme trochu rumu. Pak přidáme sůl, tluč. vanilku, strouh. citr. kůru, kynutý kvásek, prosátou mouku a vypracujeme volné těsto, které dáme vykynouti. Vykynuté těsto vyválíme na plást, který posypeme očištěnými rozinkami, přeložíme na polovinu a malou formičkou vykrájíme buchtičky. Klademe je na pomaštěný pekáček, vždy dvě vrstvy na sebe, pomažeme je mezi sebou rozehřátým máslem a dáme vykynouti. Poté je na povrchu potřeme máslem a upečeme je v horké troubě do červena. Při pečení je mastíme na povrchu máslem. Upečené dáme na talířky, posypeme vanilkovým cukrem a polijeme vinnou pěnou neb vanilkovým krémem.

Vinná pěna neb šodó: V kotlíku na sníh neb v hrnci ušleháme v bílém kyselém víně tlučený cukr, žloutky, vejce a vcelku citr. kůru a vanilku. Pak postavíme kotlík do vařící vody a pěnou šleháme, až začne vystupovati a houstnouti. *Vařiti se nesmí.* Vanilku i kůru vyndáme a pěnu hned podáváme.

Vanilkový krém: Do syrové smetany neb mléka zamícháme cukr, žloutky, máslo a přidáme celou vanilku. Nádobu postavíme na plotnu do vařící vody a mícháme, až zhoustne. Pak krém odstavíme a mícháme tak dlouho, až zchladne. Pak vanilku vyndáme a pro chuť přidáme lžičku rumu neb pomerančové šťávy.

Rozpočet pro 5 osob: 5 *dkg* másla - 3 žloutky - lžíce rumu - sůl - tlučená vanilka - citronová kůra - 3 *dkg* cukru - 2 *dkg* droždí - ⅛ *l* smetany nebo mléka - 30 *dkg* krupičkové mouky - 5 *dkg* rozinek - 5 *dkg* másla do pekáče. *Vinná pěna neb šodó:* ⅛ *l* bílého vína - 6 *dkg* cukru - 2 žloutky - 1 *cm²* citronové kůry - 1 *cm* vanilky - 1 celé vejce. *Vanilkový krém:* ⅛ *l* smetany - 6 *dkg* cukru - 3 žloutky - 2 *cm* vanilky - 1 *dkg* másla - 1 lžička rumu nebo pomerančové šťávy

Lívance.

Nejprve si uděláme kvásek z droždí, části cukru, mouky a vlahého mléka (16—20°) a dáme kynouti. Do hrnce si připravíme prosátou hladkou a krupičkovou mouku, cukr, sůl, citr. kůru a tluč. květ. Pak přidáme vykynutý kvásek a po částech vlažné mléko se žloutkem a máslem. Nejdříve rozděláme těsto tuhé, pak teprve řidší a dáme vykynouti. Ohřátý lívanečník vymažeme rozehřátým máslem, těsto po lžicích do něho naléváme a pečeme. Když těsto na povrchu osychá, obrátíme je kulatým nožem a propečeme na druhé straně. Teplé lívance potíráme rozvařenými, oslazenými švestkami nebo připravenými povidly, též zavařeninou, posypeme je strouhaným tvarohem a pokropíme hustou kyselou smetanou.

Rozpočet pro 5 osob: 1 *dkg* droždí - ½ *dkg* cukru - ¼ *l* mléka - 20 *dkg* hladké mouky - 10 *dkg* krupičkové mouky - sůl - citr. kůra - na špičku nože tluč. květu - 2 *dkg* cukru - 2½ *dkg* másla - 1 žloutek neb 1 vejce - ¼ *l* mléka - 2½ *dkg* másla na vymazání - 10 *dkg* povidel - 2 *dkg* cukru - skořice - 4 *dkg* strouhaného tvarohu - ⅛ *l* husté kyselé smetany - 25 *dkg* švestek na rozvaření a 6 *dkg* cukru.

Lívanečky ovocné.

Uděláme si kvásek z droždí, části cukru, mouky, vlahého mléka a dáme jej vykynouti. Do hrnce si připravíme mouku, málo soli, cukr a citronovou kůru. Pak přidáme vykynutý kvásek a po částech vlažné mléko s umíchaným vejcem, rozpuštěným máslem a vypracujeme řidší těsto, které dáme na vlahé místo vykynouti. Mezitím si připravíme na drobné kousky nakrájené očištěné čerstvé meruňky, třešně bez pecek, jahody nebo jablka. Ohřátý lívanečník vymažeme rozehřátým máslem, nalijeme na něj jen málo těsta, na ně dáme kávovou lžičku nakrájeného ovoce, zalijeme vše ještě vrstvou těsta, pokapeme trochu máslem a pečeme. Když těsto na povrchu osychá, obrátíme je kulatým nožem a propečeme na druhé straně. Teplé lívanečky obalíme ve skořicovém cukru.

Rozpočet pro 5 osob: *Na kvásek:* 1½ *dkg* droždí - ½ *dkg* cukru - ¼ *l* mléka - 10 *dkg* mouky - *Na zadělání:* 20 *dkg* mouky - na špičku nože soli - citron. kůra - 2 *dkg* cukru - 1 vejce - 2½ *dkg* másla do těsta - ¼ *l* mléka - 3 *dkg* másla na pečení - 20 *dkg* ovoce - 5 *dkg* cukru se skořicí.

České vdolečky.

Prosátou mouku trochu osolíme, osladíme, přidáme citron. kůru, z droždí vykynutý kvásek, vlažné mléko s umíchaným žloutkem, rozehřátým máslem a vypracujeme z toho přiměřeně tuhé těsto a dáme je

vykynouti. Z vykynutého těsta vykrájíme lžicí stejné kousky, uděláme bochníčky a dáme kynouti na máslem potřený plech. Pak je rukou poněkud roztlačíme, v horké troubě rychle osušíme, načež je klademe do rozpáleného sádla neb převařeného másla a usmažíme je na obou stranách. Prochladlé potíráme povidly neb zavařeninou, sypeme tvarohem a pokapeme hustou kyselou smetanou. Také můžeme vdolečky posypati strouhaným perníkem a cukrem. — Takto usmažené vdolečky jsou pak kypré, tukem nejsou příliš nasáklé a jsou stravitelnější. Tuk po usmažení jest úplně čistý, takže se může při příštím smažení opět upotřebiti.

Rozpočet pro 5—10 osob: 50 *dkg* mouky - sůl - citr. kůra - 5 *dkg* cukru - 4 *dkg* másla - ⅜ *l* mléka - 2 *dkg* droždí - 1 žloutek - 12 *dkg* sádla aneb převař. másla - 15 *dkg* zavařeniny - 3 *dkg* strouhaného tvarohu - ⅛ *l* kyselé smetany.

Bavorské vdolečky.

Do utřeného másla dobře zamícháme trochu soli, žloutky, vejce, citr. kůru, tlučený cukr a třeme znovu asi 15 minut. Pak přidáme z droždí připravený, vykynutý kvásek, vlahé mléko a prosátou ohřátou mouku. Těsto, které nesmí býti tuhé, dobře vypracujeme a dáme vykynouti. Potom je vyválíme na 1½ *cm* silně, formičkou vykrájíme přiměřeně velké vdolečky, které na pomoučené prkénko dáme ještě chvíli kynouti. Pak je v rozpáleném másle usmažíme. Nejdříve vdolečky smažíme přikryté pod pokličkou, pak je obrátíme a dosmažíme bez pokličky. Při kladení vdolečků do másla vytlačíme do každého důlek, který při podávání naplníme dobrou zavařeninou.

Rozpočet pro 5 osob: 10 *dkg* másla - 5 *dkg* cukru - sůl - 2 žloutky - 1 vejce - citronová kůra - $^{3}/_{16}$ *l* mléka - 1½ *dkg* droždí - 40 *dkg* mouky - 15 *dkg* převařeného másla - 10 *dkg* rybízové zavařeniny.

Makový závin.

Zaděláme tužší kynuté těsto a dáme je vykynouti. Pak vyválíme lehce obdélník asi 1 *cm* silný, pomažeme jej připravenou studenou makovou nádivkou, se 2 stran zabalíme do středu a dáme vykynouti na pomazaný plech. Pak jej pomažeme vajíčkem, posypeme opraženými, oloupanými, sekanými oříšky a upečeme jej v horké troubě do červena.

Nádivka: Pěkný, modrý mák vaříme ¾ hod. ve vodě změkčené čištěnou sodou. Když se voda vyvaří, přidáme mléko a vaříme ještě 15 minut. Pak jej dáme do mísy, která k tomu účelu má ostré stěny, a dobře jej utřeme, načež do něho zamícháme cukr, máslo, strouhaný perník, skořici, vanilku, hořkou mandli a čokoládu. Nádivku promícháme a studenou potíráme těsto.

Také můžeme mák umlíti a povařený s mlékem a cukrem dále upraviti jako třený. Viz Nádivky, str. 273!

Rozpočet pro 5—10 osob: 50 *dkg* mouky - sůl - citr. kůra - vanilka - 10 *dkg* cukru - 2½ *dkg* droždí - ¼ *l* mléka - 1 vejce - 12 *dkg* másla - na plech 1 *dkg* másla - 1 vejce - 3 *dkg* oříšků. - *Nádivka:* 18 *dkg* máku - ⅜ *l* mléka - 12 *dkg* cukru - 1 *dkg* másla - 6 *dkg* strouh. perníku - tluč. skořice a vanilka - 2 *dkg* čokolády - 1 hořká mandle.

Závitky z kynutého těsta.

V míse si umícháme máslo, cukr, žloutky, sůl, citr. kůru, utluč. vanilku. Do dobře utřeného přidáme z droždí připravený vykynutý kvásek, vlahou smetanu a prosátou mouku. Vypracujeme měkké těsto a dáme vykynouti, pak vyválíme na pomoučeném vále lehce na obdélník, potřeme je umíchaným máslem, posypeme očištěnými, otřenými rozinkami, na nudličky nakrájenou citronádou (lze ji koupiti u lahůdkáře, jest to velký druh citronů, tak zv. cedrátů proslazených) a na nudličky nakrájenými loupanými mandlemi. Obdélník zatočíme na závin, nakrájíme z něho 4 *cm* dlouhé kousky, postavíme je řeznou stranou do máslem vymazaného nízkého pekáče, každou závitnici po straně potřeme máslem a dáme vykynouti. Pak je na povrchu potřeme máslem a v horké troubě upečeme. Pocukrujeme je vanilkovým cukrem.

Také můžeme závitnice tak upraviti, že potřený obdélník nakrájíme na úzké proužky, každý zavineme, postavíme na máslem potřený plech a když vykynuly, pomažeme je vajíčkem a dáme upéci. Pečené ozdobíme citronovou polevou. — Nebo potřeme obdélník dobrou zavařeninou, nakrájíme proužky, každý zatočíme, složíme na mastný plech, potřeme vajíčkem, upečeme a pak polijeme citronovou polevou.

Rozpočet pro 5—10 osob: 4 *dkg* másla - 5 *dkg* cukru - 2 žloutky - sůl - citronová kůra - utlučená vanilka - 2 *dkg* droždí - ¼ *l* mléka nebo smetany - ½ *kg* mouky (polovina hladké a polovina krupičkové). - *Nádivka:* 10 *dkg* másla v míse utřeného - 10 *dkg* rozinek - 8 *dkg* mandlí - 5 *dkg* citronády - 6 *dkg* másla do pekáče a na pomazán - 1 *dkg* vanilkového cukru na posypání.

Jidášky.

Připravíme si kynuté těsto jako na české koláčky. Vykynuté rozválíme na 2 *cm* silně, menší formičkou na koblihy vykrájíme jidáše, rýhovacím kolečkem uděláme na nich mřížky, složíme je na máslem potřený plech a dáme vykynouti. Poté je potřeme žloutkem a upečeme je v horké troubě do červena. Studené rozřízneme, potřeme máslem a medem a pocukrované podáváme. Také můžeme z těsta nakrájeti a vyváleti dlouhé válečky, různě je zatočiti, potříti žloutkem, posypati loupanými sekanými mandlemi a upéci.

Rozpočet jako na České koláčky I.

Italské čeampelo s červeným vajíčkem.

Do prosáté mouky přidáme sůl, cukr a citr. kůru, načež přilijeme kvásek vykynutý ze 3 *dkg* droždí, podle potřeby vlahého mléka, ve kterém jsme umíchaly žloutky a rozpuštěné máslo. Vypracujeme těsto tuhé jako na vánočku a dáme je vykynouti. Potom nakrájíme z těsta kousky, rukou vyválíme válečky jako na vánočku, avšak kratší, zakulatíme je jako koblihové šišky. Jeden konec pletence musíme mít špičatý, do druhého, který tvoří oko, vmáčkneme vařené červené vajíčko a pečivo dáme na vymazaný plech do dobře vytopené trouby upéci do červena. Toto pečivo podáváme o velikonočních svátcích.

Rozpočet pro 5—10 osob: 50 *dkg* mouky - sůl - 4 *dkg* cukru - citronová kůra - asi ¼ *l* mléka - 3 *dkg* droždí - 2 žloutky - 8 *dkg* másla - 2 *dkg* másla na plech - 10 vajec na tvrdo vařených

Máslové preclíky.

Nejdříve si připravíme máslovou placku takto: do prosáté mouky rozsekáme máslo, uděláme plochý bochánek a dáme jej do studena. Poté si uděláme kvásek: rozdrobené droždí umícháme s tluč. cukrem, přidáme mouku a vlahé mléko, vše dobře zamícháme a dáme na teplé místo kynouti. Zatím si v míse umícháme máslo, cukr, žloutky, sůl, citr. kůru a utluč. vanilku. Pak přidáme vykynutý kvásek a těsto zahustíme moukou tak, aby bylo přiměřeně tuhé a na vále je dobře vypracujeme a dáme vykynouti. Vykynuté těsto rozválíme, doprostřed položíme máslový bochníček, těstem jej obalíme a opět rozválíme na tenký obdélník. Pak jej složíme na 3 díly, opět rozválíme, složíme jako poprvé a rozválíme na dlouhý pás. Polovinu těsta posypeme rozinkami, druhou polovinu na ni přeložíme, zvolna opět rozválíme a nakrájíme na prst silné proužky, zatočíme je, uděláme preclíčky, složíme je na pomazaný plech a dáme vykynouti. Pak je potřeme žloutkem a dáme do horké trouby péci. Studené ozdobíme bílou polevou. Polevu dáme do kornoutu a na každém preclíku uděláme proužek.

Rozpočet pro 5 osob: *Máslová placka:* 7 *dkg* másla - 3½ *dkg* hladké mouky. *Kynuté těsto:* 3½ *dkg* másla - 3½ *dkg* cukru - 2 žloutky - sůl - citr. kůra - vanilka - 2½ *dkg* droždí - ⅛ *l* vlažného mléka - 25 *dkg* krupičkové mouky - 3 *dkg* rozinek - 1 žloutek na pomazání - 1 *dkg* másla. - *Poleva:* 6 *dkg* práškového prosátého pudrového cukru - 1 lžičku horké vody a 1 lžičku citronové šťávy mícháme tak dlouho, až je poleva hustá a lesklá.

Vařené preclíky.

Do ohřáté prosáté mouky dáme sůl, strouhaný zázvor a citr. kůru. Poté do ní nalijeme z droždí připravený kvásek, vlažné mléko, ve kterém jsme umíchaly rozpuštěné máslo a žloutky, a vypracujeme hodně tuhé těsto a dáme je vykynouti. Vykynuté těsto nakrájíme na stejné kousky, uděláme tenkéválečky, zatočíme z nich preclíky a dáme vykynouti. Pak jich vložíme jen tolik do kastrolu s vařící vodou, aby volně plovaly. Jakmile vyplovou, vyndáme je na plech hodně máslem potřený, posypeme je mákem a solí a v horké troubě je zprudka upečeme do červena. Místo mákem mohou se sypati solí a kmínem.

Rozpočet pro 5 osob: 30 *dkg* mouky - sůl - na špičku nože strouhaného zázvoru - citronová kůra - ⅛ *l* mléka - 2 *dkg* droždí - 4 *dkg* másla - 1 žloutek - 3 *dkg* máku - sůl - 1 *dkg* másla.

Kynuté rohlíčky ke kávě.

Na vále si rozsekáme do prosáté krupičkové mouky máslo, přidáme sůl, citr. kůru a tluč. cukr. Doprostřed uděláme důlek, do něho nalijeme z droždí připravený kvásek a přilijeme tolik vlahé smetany nebo mléka, abychom měly hodně tuhé těsto. Dobře je vypracujeme, ohřátým kastrolem přikryjeme a dáme vykynouti. Pak z těsta nakrá-

jíme kousky, vyválíme trojúhelníčky, uděláme rohlíčky, dáme je na plech málo máslem potřený a dáme ještě vykynouti. Poté je pomažeme rozmíchaným vajíčkem a pečeme v horké troubě do červena.

Rozpočet pro 5—10 osob: 50 *dkg* mouky - 12 *dkg* čerstvého másla - sůl - 5 *dkg* cukru - citronová kůra - 3 *dkg* droždí - ¼ *l* smetany - 1 *dkg* másla na plech - 1 vejce na potření.

Rohlíčky ke kávě neb k čaji.

V míse umícháme do pěny máslo, přidáme žloutky, cukr, citronovou kůru — opět mícháme těstíčko asi 15 minut. Nato přidáme z droždí vykynutý kvásek, přilijeme ohřáté mléko, přisypeme krupičkovou mouku, osolíme a vypracujeme přiměřeně tuhé těsto. Potom dáme těsto na vlahé místo vykynouti. Z vykynutého těsta nakrájíme malé kousky, do každého vložíme 2 rozinky a rukama upravíme (vlastně prsty) rohlíčky. Takto upravené rohlíčky potřeme umíchaným vajíčkem, omočenou stranou vkládáme je do loupaných sekaných mandlí s míchaným cukrem, načež je složíme na máslem potřený plech a dáme kynouti. Potom je upečeme v dobře vytopené troubě do růžova. Upečené pocukrujeme vanilkovým cukrem.

Rozpočet na 90 malých rohlíčků: 20 *dkg* dobrého másla - 12 *dkg* tluč. prosátého cukru - 3 žloutky - 1 cm^2 citronové kůry - 3 *dkg* droždí - asi ¼ *l* mléka - 70 *dkg* krupičkové mouky - málo soli - 8 *dkg* rozinek - 2 *dkg* másla na plech. *Na obalení:* 5 *dkg* mandlí - 5 *dkg* tlučeného cukru - 1 vejce - na posypání 2 *dkg* vanilkového cukru.

Máslové rohlíčky.

Do prosáté mouky rozsekáme nožem čerstvé máslo, uděláme plochý bochánek a dáme jej do studena nebo k ledu. — Z droždí si připravíme kvásek a dáme jej vykynouti na teplé místo. Zatím si v míse ohřejeme mouku, načež do ní přidáváme sůl, cukr, citr. kůru, vanilku, vykynutý kvásek, vlahou smetanu s umíchanými žloutky a vypracujeme měkké, lesklé těsto a dáme je kynouti. Když těsto nabude o polovinu více, rozválíme je, doprostřed dáme máslový bochníček, obalíme jej těstem, načež vyválíme čtverec, složíme jej na třikrát a rozválíme, což ještě dvakrát opakujeme. Po čtvrté těsto rozválíme, nakrájíme z něho 8 *cm* dlouhé obdélníčky, plníme je zavařeninou neb ořechovou nádivkou, upravíme rohlíčky, klademe je na máslem potřený plech a dáme vykynouti. Pak je potřeme lehce umíchaným žloutkem a v prudké troubě je upečeme. Upečené, ještě horké, posypeme vanilkovým cukrem.

Rozpočet pro 10 osob: 12 *dkg* krupičkové mouky a 24 *dkg* másla na bochníček. - *Kynuté těsto:* 38 *dkg* mouky (hladké i krupičkové) - 2 *dkg* droždí - asi $^{3}/_{16}$ *l* sladké smetany - 4 *dkg* cukru - citronová kůra - vanilka - sůl - 2 žloutky - 2 *dkg* másla na plech - 2 *dkg* vanilkového cukru - 3 *dkg* mouky na vál - 12 *dkg* rybízové zavařeniny - Ořechová nádivka, viz str. 274!

Rohlíčky primátor.

Na vál dáme krupičkovou mouku, na špičku nože soli, opražené strouhané oříšky neb loupané strouhané mandle a citronovou kůru. Do

všeho rozsekáme máslo nebo dobrý umělý tuk, přilijeme vykynutý kvásek a vypracujeme dobře a lehce těsto, které upravíme do podoby koule. Poté těsto zabalíme do moukou poprášeného ubrousku, lehce zavážeme a vložíme do většího hrnce s hodně studenou vodou na 2 hodiny. Pak těsto vybalíme, otřeme je suchým ubrouskem a na lehce pomoučeném vále uděláme z těsta malé rohlíčky, složíme je na suchý plech a v horké troubě je upečeme do červena. Horké rohlíčky obalíme ve vanilkovém cukru a podáváme.

Rozpočet na 65 až 70 rohlíčků: 32 *dkg* krupičkové mouky - 10 *dkg* opražených oříšků neb loupaných mandlí - 18 *dkg* másla - 3 *dkg* droždí - citronová kůra - málo soli - 5 *dkg* mouky na ubrousek a na vál - 5 *dkg* vanilkového cukru na obalení.

Křehké rohlíčky s ořechovou nádivkou I.

(Bratislavské rohlíčky.)

Do prosáté krupičkové mouky rozsekáme máslo a dáme vše do ohřáté mísy, načež přidáme sůl, cukr, citr. kůru, z droždí připravený, vykynutý kvásek a žloutky. Těsto, které musí býti hodně tuhé, dobře vypracujeme, přikryjeme ubrouskem a dáme vykynouti. Pak z něho nakrájíme stejné kousky, uděláme bochníčky a necháme je vykynouti na pomoučeném prkénku. Pak každý vyválíme na tenký oválek, potřeme jej ořechovou nádivkou, zatočíme na rohlíčky, načež je složíme na máslem potřený plech a dáme vykynouti. Vykynuté rohlíčky potřeme žloutkem, ve kterém jsme umíchaly na špičku nože tlučeného cukru, a necháme žloutek trochu oschnouti, potřeme je ještě jednou a v horké troubě je upečeme do červena.

Ještě horké rohlíčky potřeme horkou vodou, aby se leskly.

Rozpočet pro 5 osob: 30 *dkg* mouky - 10 *dkg* másla - sůl - 3 *dkg* cukru - citr. kůra - 1 ½ *dkg* droždí - 2 žloutky - $^1/_{16}$ *l* mléka - 1 žloutek - na špičku nože cukru - 1 *dkg* másla na plech. - *Nádivka:* rozpustíme 15 *dkg* medu a 4 *dkg* másla, do toho zamícháme 10 *dkg* mletých vlašských ořechů, tlučenou skořici, citronovou kůru a 3 *dkg* strouhané housky.

Rohlíčky s oříškovou nádivkou II.

Máslo utřeme s cukrem a žloutky. Pak přidáme citr. kůru, vykynuté droždí, mléko, mouku a sůl. Zaděláme tuhé těsto a dáme je vykynouti. Pak z něho rozválíme oválky, které naplníme ořechovou nádivkou, zabalíme, uděláme rohlíčky a dáme je ještě chvíli kynouti. Poté je potřeme žloutkem a upečeme v horké troubě.

Ořechová nádivka II.: do jemně rozemletých lískových oříšků přidáme cukr, bílky a rum a vše dobře smícháme.

Rozpočet pro 5 osob: 6 *dkg* másla - 1 ½ žloutku - 3 ½ *dkg* cukru - citronová kůra - sůl - 1 ½ *dkg* droždí - ⅛ *l* mléka - 25 *dkg* krupičkové mouky - 1 *dkg* másla na plech a ½ žloutku na potření. - *Nádivka:* 10 *dkg* oříšků - 8 *dkg* cukru - 2 bílky - lžička rumu.

Martinské podkovy.

Připravíme si třené kynuté těsto jako na rohlíčky s oříškovou nádivkou II., ale ne tak tuhé, a dáme je vykynouti. Pak nakrájíme obdél-

ničky, plníme je dobrou makovou nádivkou (viz Nádivky, str. 273!), upravíme větší rohlíky, které na koncích 5krát nožem nařízneme, a dáme kynouti na máslem potřený plech. Poté je potřeme vajíčkem a upečeme v horké troubě. Pečené pocukrujeme.

Rozpočet pro 5 osob: 5 *dkg* másla - 1 žloutek - ½ vajíčka - sůl - citr. kůra - 3½ *dkg* cukru - 1½ *dkg* droždí - 25 *dkg* mouky - asi $^3/_{16}$ *l* mléka - ½ vajíčka na potření - ½ *dkg* másla na plech - 1½ *dkg* vanilkového cukru. - *Maková nádivka:* 10 *dkg* máku - $^3/_{16}$ *l* mléka - 6 *dkg* cukru - ½ *dkg* másla - 3 *dkg* perníku - tlučená skořice - vanilka - 2 *dkg* čokolády nebo 1 lžíce medu - 1 hořká mandle.

Kynuté knedlíky.

Do prosáté, ohřáté krupičkové mouky dáme sůl, cukr, z droždí vykynutý kvásek, vlahé mléko s máslem a žloutkem, vypracujeme tuhé těsto a dáme vykynouti. Z vykynutého nakrájíme stejné kousky, naplníme je očištěným ovocem (švestkou, meruňkami) nebo povidlovou nádivkou, zabalíme a dáme vykynouti ubrouskem přikryté. Mezi kynutím je obrátíme, aby byly kulaté. Pak je vložíme do vařící osolené vody, přikryjeme poklicí a vaříme. Za chvíli poklici odstraníme a knedlíky obrátíme. Podle velikosti je vaříme celkem 5—8 minut. Vařené dáváme na síto, natrhneme vidličkou, nebo je propícháme, dáme na mísu, polijeme dobře rozškvařeným máslem, posypeme cukrem a tvarohem, který povrchu také pokapeme máslem. Knedlíky můžeme též sypati strouhanou smaženou houskou a cukrem.

Rozpočet pro 5 osob: 30 *dkg* krupičkové mouky - sůl - 1 *dkg* cukru - 1 *dkg* droždí - $^3/_{16}$ *l* mléka - 1 žloutek - ½ *dkg* másla na těsto - 5 *dkg* másla - 3 *dkg* tvarohu - 3 *dkg* cukru - 25 *dkg* ovoce.

Koblihy.

V míse třeme máslo, cukr a žloutky 15 minut. Do utřeného přidáme rum, sůl, tluč. vanilku, citr. kůru a vykynutý kvásek, takto připravený: 3½ *dkg* droždí umíchaného s ½ *dkg* tluč. cukru, přidáme $^1/_3$ *l* ohřátého mléka, 20 *dkg* krupičkové mouky a dáme kynouti. Těsto zahustíme ohřátou moukou a dobře je vypracujeme. Když se na něm tvoří puchýřky, dáme je vykynouti. Pak z něho uděláme koblihy. Nejprve těsto vyválíme asi na prst silně, kroužkem na koblihy označíme těsně vedle sebe kolečka a do poloviny jich vložíme do středu kousek tuhé, meruňkové zavařeniny. Pak vykrojíme z druhé poloviny kroužkem kousky těsta, položíme je na označené, zavařeninou naplněné kruhy, kolem dobře těsto prsty přitlačíme a pak menším kruhovým vykrajovadlem koblihy vykrojíme. Dáme je na pomoučené vlahé prkénko, přikryjeme je čistou, lehkou utěrkou a v teple je necháme vykynouti, při čemž je jednou obrátíme, aby po obou stranách stejně vykynuly. Vykynuté koblihy klademe do kastrolu na rozpálené převařené máslo, a to vrchní stranou ke dnu kastrolu, přiklopíme je pokličkou a smažíme. Po chvíli, když na spodní straně zčervenaly, obrátíme je a dosmažíme na druhé straně bez poklice. Usmažené koblihy klademe na síto na pijavý papír, a když oschly, dáme je na mísu a posypeme vanilkovým cukrem. Aby se máslo po smažení nespálilo, nalijeme je

do hrnce do čisté studené vody. Tuk na povrchu ztuhne a můžeme jej pak sejmouti a upotřebiti.

Při smažení hledíme, aby bylo stále másla na 3 *cm* vysoko.

Rozpočet pro 5—10 osob: Rozpočet I.: 5 *dkg* másla - 5 *dkg* cukru - 4 žloutky - sůl - citronová kůra - vanilka - 1 lžíce rumu. - *Kvásek:* 3½ *dkg* droždí - ⅛ *l* mléka - ½ *dkg* cukru - 20 *dkg* krupičkové mouky - a na zhuštění těsta 40 *dkg* krupičkové mouky - 10 *dkg* husté meruňkové zavařeniny - 50 *dkg* převařeného másla aneb 25 *dkg* másla a 25 *dkg* sádla - 2 *dkg* vanilkového cukru a 5 *dkg* mouky na vál.

Rozpočet II.: 5 *dkg* másla - 5 *dkg* cukru - 3 žloutky - ⅜ *l* mléka - 2½ *dkg* droždí - lžíce rumu - sůl - citron. kůra - vanilka - tlučený květ - 50 *dkg* mouky.

Rozpočet III. 5 *dkg* másla - 5 *dkg* cukru - 2 žloutky - 1 vejce - 1 lžíce cognacu - 4 *dkg* droždí - ⅛ *l* smetany - 28 *dkg* mouky a 7 *dkg* mouky na vál.

Rozpočet IV. 5 *dkg* másla - 3 *dkg* cukru - sůl - tlučená vanilka - 4 žloutky - 1 lžíce rumu - 2 *dkg* droždí - ⅛ *l* smetany - 30 *dkg* mouky a 5 *dkg* mouky na vál. Jak máslo převařujeme, viz str. 251!

Levné koblihy.

Do mísy si dáme horké máslo, cukr, citronovou šťávu a třeme vše, až vychladne. Pak tam přidáme rum, sůl, žloutek, citr. kůru, vykynutý kvásek, vlahé mléko a mouku a vypracujeme vláčné těsto. Dáme je vykynouti, načež z něho děláme koblihy jako v předešlém předpise a také tak usmažíme.

Rozpočet pro 5 osob: 2 *dkg* másla - 1½ *dkg* cukru - ½ lžičky citronové šťávy - 1 lžíce rumu - sůl - 1 žloutek - citronová kůra - 1 *dkg* droždí - ⅛ *l* mléka - 25 *dkg* mouky - 5 *dkg* zavařeniny - 25 *dkg* sádla.

Gaskoňské koblihy.

Do ohřáté mísy si připravíme krupičkovou mouku, cukr, sůl a citr. kůru. Pak do ní nalijeme z droždí připravený, vykynutý kvásek, ve kterém jsme umíchaly rozehřáté máslo, vejce, žloutky, rum a vypracujeme z toho těsto hustší než na kapání, přidáme do něho očištěné hrozinky a na teplé místo je dáme vykynouti. Potom lijeme lžící do rozpáleného másla těsto tak, aby se utvořily menší kuličky, které usmažíme jako koblihy. Poté je obalíme vanilkovým cukrem.

Rozpočet pro 5—10 osob: 25 *dkg* krupičkové mouky - 2 *dkg* cukru - 1 lžíce rumu - 2 žloutky - 2 *dkg* másla - 1 vejce - 1½ *dkg* droždí - ¼ *l* mléka - 4 *dkg* rozinek - sůl - citronová kůra - 2 *dkg* vanilkového cukru na posypání - 25 *dkg* převařeného másla neb sádla na smažení.

Bramborové koblihy.

Do umíchaného másla zamícháme cukr, žloutek, cele vejce, rum, sůl a citr. kůru. Pak přidáme vařené, prolisované brambory, z droždí v mléce vykynutý kvásek a mouku, vypracujeme v tuhé těsto a dáme je vykynouti. Pak připravíme koblihy jako v prvním předpise. Horké pocukrujeme.

Rozpočet pro 5 osob: 2 *dkg* másla - 2½ *dkg* cukru - 1 lžíce rumu - 12½ *dkg* brambor - sůl - citr. kůra - 1 vejce - 1 žloutek - 1½ *dkg* droždí - 30 *dkg* krupič-

kové mouky - asi ⅛ *l* mléka - 25 *dkg* sádla nebo převařeného másla - 6 *dkg* zavařeniny - 1 *dkg* vanilkového cukru na posypání.

Šišky.

Šišky uděláme z odkrojků koblihového těsta tak, že těsto nakrájíme, do každého kousku dáme očištěné hrozinky, načež těsto rukou zakulatíme na 6 *cm* dlouhé válečky a před smažením zatočíme jeden konec vpravo a jeden vlevo a smažíme jej jako koblihy. Místo šišek můžeme z tenkých válečků udělati volný uzel a upraviti z něho ptáčka tak, že z jednoho konce uděláme hlavičku se zobáčkem, očka připravíme z rozinek a druhý konec rozkrájíme nožem na ocásek a smažíme jako šišky.

Tvarohové šišky (chrupinky).

Máslo, cukr, žloutek, rum a vejce dobře umícháme. Pak přidáme prolisovaný tvaroh, sůl, citr. kůru, vykynutý kvásek a krupičkovou mouku. Vše vypracujeme v tuhé těsto a dáme vykynouti. Z vykynutého těsta krájíme stejné kousky, děláme menší šišky a dáme je vykynouti na pomoučené prkénko. Pak je usmažíme jako koblihy a horké obalíme dobře vanilkovým cukrem a podáváme k nim kompot, malinovou šťávu nebo meruňkovou omáčku.

Meruňková omáčka: Do kamenného kastrolu dáme rozvařit bez pecek meruňky s vodou, cukrem, citronovou šťávou a kůrou. Zvlášť v hrnečku ve studené vodě umícháme bramborovou moučku, načež postavíme hrneček do kastrolu s vařící vodou a na plotně stále míchajíce necháme zhoustnouti (asi 5 minut). Rozvařené meruňky prolisujeme žíněným sítem, smícháme s vychladlou vodou s moukou, přidáme bílé víno, rum a citronovou šťávu a podáváme k smaženým šiškám.

Rozpočet na šišky pro 5 osob: 2½ *dkg* másla - 1 žloutek - 1 vejce - 1½ *dkg* droždí - 14 *dkg* tvarohu (prolisovaný nebo strouhaný) - 14 *dkg* krupičkové mouky - 2 *dkg* tlučeného cukru - $^1/_{16}$ *l* mléka - sůl - 3 cm^2 citronové kůry - 25 *dkg* převařeného másla - 8 *dkg* vanilkového cukru na obalení. *Rozpočet na omáčku:* 20 *dkg* meruněk - 2 lžíce vody na rozvaření - 20 *dkg* cukru - z ⅓ citronu kůra i šťáva - 2 *dkg* bramborové moučky - ⅛ *l* studené vody - ⅛ *l* bílého vína - 1 lžíce rumu a podle chuti citronové šťávy.

Cukrářské koblihy.

Z droždí, tluč. cukru, $^1/_8$ *l* vlahého mléka a 15 *dkg* krupičkové mouky si připravíme kvásek a dáme jej vykynouti. Do jiné nádoby dáme zase $^1/_8$ *l* mléka, zašleháme v něm dobře metlou 3 žloutky a 3½ *dkg* cukru: Pak postavíme nádobu do horké vody na plotnu a šleháme, až je mléko se žloutky vlažné. Do ohřáté mísy připravíme si 25 *dkg* krupičkové mouky, sůl, utluč. vanilku, citronovou kůru, načež přilijeme vykynutý kvásek, ušlehané mléko se žloutky a cukrem a 8 *dkg* rozehřátého másla. Uděláme těsto a dobře je vypracujeme. Poté z něho upravíme hned koblihy, které necháme ½ hodiny vykynouti na pomoučeném prkénku na teplém místě. Smažíme je jako předešlé. Tyto koblihy můžeme políti rumovou polevou (viz polevy).

Rozpočet pro 5—10 osob: *kvásek:* 2 *dkg* droždí - ½ kostky cukru - ⅛ *l* vlahého mléka a 15 *dkg* mouky. - *Na šlehání:* ⅛ *l* mléka - 3 žloutky - 3½ *dkg* cukru. - *Těsto:* 25 *dkg* mouky - sůl - vanilka - citronová kůra - 8 *dkg* másla - 30 *dkg* převařeného másla na smažení - 2 *dkg* cukru na posypání.

Velikonoční beránek.

V míse si umícháme máslo do pěny, pak do něho přidáme sůl, cukr, žloutky, citr. kůru a vanilku a znovu třeme 20 minut. Do utřeného přidáme kvásek, prosátou krupičkovou mouku a tolik vlažného mléka, aby bylo těsto prostředně tuhé. Pak přidáme rozinky a loupané, sekané mandle, dobře těsto vypracujeme a dáme vykynouti. Kamennou neb plechovou formu na beránka vymažeme syrovým máslem, vysypeme strouhanou houskou, těsto do ní urovnáme a dáme ještě kynouti. Formu uzavřeme a dáme s těstem péci do dobře vyhřáté trouby. Mezi pečením ji pozorně obrátíme, aby beránek byl všude stejně červený. Pečeného beránka opatrně vyklopíme, dáme na mísu vkusně papírem vyzdobenou, oči mu uděláme z hrozinek, posypeme jej vanilkovým cukrem, kolem krku mu uvážeme pentličku a dáme na stůl.

Rozpočet pro 5—10 osob: 12 *dkg* másla - 12 *dkg* cukru - 4 žloutky - sůl - citr. kůra - vanilka - 3 *dkg* droždí - asi ⅛ *l* mléka - 50 *dkg* mouky - 4 *dkg* rozinek - 4 *dkg* mandlí - 3 *dkg* másla na formu - 3 *dkg* strouhané housky - 2 *dkg* vanilkového cukru na posypání - 2 hrozinky.

Beránek velikonoční z piškotového těsta.

Prosátý cukr, vejce, žloutky, tlučenou vanilku a strouh. citr. kůru třeme v míse 30 minut. Poté přidáme do utřeného těsta strouh. hořkou mandli, citronovou šťávu, z bílků tuhý sníh a prosátou krupičkovou mouku. Formu na beránka vymažeme syrovým máslem, vysypeme strouhanou houskou, těsto do ní rozetřeme a upečeme je v prostředně horké troubě do růžova. Upečeného beránka pocukrujeme nebo jej ozdobíme třenou bílkovou polevou (viz polevy).

Rozpočet pro 5—10 osob: 25 *dkg* cukru - 5 žloutků - 2 vejce - z ½ citr. kůra i šťáva - vanilka - 30 *dkg* krupičkové mouky - 1 hořká mandle - z 5 bílků sníh - 3 *dkg* másla - 3 *dkg* housky na vymazání a vysypání formy - 2 rozinky. - *Poleva:* 1 bílek - 10 *dkg* cukru - 1 lžíce citronové šťávy.

Vánočka.

V míse si umícháme máslo do pěny, načež přidáme tlučený cukr, žloutky, sůl, citronovou strouhanou kůru, tlučenou vanilku a vše mícháme 20 minut. Do umíchaného těstíčka přilijeme vykynutý kvásek připravený z droždí, málo cukru, části mouky a vlahé smetany, načež přidáme ostatní smetanu a mouku, vypracujeme tuhé těsto (nejdříve v míse, pak na vále), do něhož přidáme očištěné hrozinky, nakrájenou citronádu, loupané, drobně nakrájené mandle a dáme kynouti na vlahé místo v míse ubrouskem přikryté 1 hodinu. Vykynuté těsto rozdělíme na vále na 8 stejných dílů a vyválíme z nich stejné válečky. Nejprve zapleteme čtyři dohromady, položíme je na pomaštěný papír na plechu, pak upleteme tři, položíme je na prvé a poslední rozdělíme na 2 díly,

které stočíme a položíme na povrch a vánočku dáme kynouti. Vykynutou potřeme vajíčkem a necháme malou chvíli oschnouti, načež ji ještě jednou potřeme vajíčkem, posypeme loupanými, sekanými mandlemi a dáme péci nejdříve do dobře vytopené trouby a když začíná povrchu červenat, oheň zmírníme, vánočku přikryjeme papírem a dopečeme ji zvolna v mírné troubě. Pečeme ji v celku hodinu. Z téhož těsta můžeme připraviti velikonoční bochánek.

Rozpočet pro 5—10 osob: 12 *dkg* másla - 8 *dkg* cukru - 3 žloutky - sůl - citr. kůra - tluč. vanilka - 2½ *dkg* droždí - ¼ *l* sladké smetany - 50 *dkg* hladké i krupičkové mouky - 5 *dkg* rozinek - 5 *dkg* citronády - 4 *dkg* mandlí - 1 vejce na potření - 1 *dkg* mandlí na posypání - 1½ *dkg* másla na pomazání papíru.

Jiný rozpočet, tentýž postup: 11 *dkg* másla - 10 *dkg* cukru - 2 žloutky - 1 vejce - sůl - citr. kůra - na špičku nože muškátového oříšku - ¼ *l* mléka - 2½ *dkg* droždí - 5 *dkg* hrozinek - 5 *dkg* mandlí - 50 *dkg* krupičkové mouky - 1 vejce na potření - 1½ *dkg* másla.

Levná vánočka.

Do prosáté krupičkové mouky dáme sůl, tlučený cukr, strouh. citronovou kůru, vykynutý kvásek připravený z droždí, málo cukru, mouky a vlahého mléka. Pak přidáme podle potřeby vlahé mléko a rozpuštěné máslo, zaděláme tuhé těsto bez žloutků, přimícháme očištěné rozinky a loup. sekané mandle a dáme vykynouti. Poté upravíme vánočku jako v předešlém předpise.

Rozpočet na malou vánočku: 40 *dkg* krupičkové mouky - sůl - 7 *dkg* cukru - strouhanou citronovou kůru - 2 *dkg* droždí - ¼ *l* mléka - 6 *dkg* másla - 6 *dkg* rozinek - 4 *dkg* mandlí - 1½ *dkg* másla na papír - 1 vejce na potření.

Velikonoční bochánek.

Do prosáté krupičkové mouky rozsekáme máslo a dáme do mísy, přidáme sůl, tlučený cukr, citronovou kůru, utlučenou vanilku, načež přilijeme vykynutý kvásek připravený z droždí, málo cukru, mouky a části vlahé smetany, pak ostatní vlahou smetanu, ve které jsme umíchaly žloutky, a vypracujeme nejdříve v míse, pak na vále tuhé těsto jako na vánočku, přidáme očištěné hrozinky, loupané sekané mandle, těsto dáme zpět do mísy a přikryté dáme kynouti na vlahé místo ¾ hodiny. Z vykynutého uděláme kulatý bochánek, položíme jej na pomaštěný papír na plech a dáme ho ¾ hodiny kynouti, načež jej nahoře nařízneme. Poté jej potřeme dvakráte vajíčkem jako vánočku, posypeme loupanými mandlemi a pečeme 1 hod. jako vánočku. Z téhož těsta můžeme upraviti vánočku.

Rozpočet: 50 *dkg* hladké a krupičkové mouky - 15 *dkg* másla - sůl - 10 *dkg* cukru - citronová kůra - vanilku neb na špičku nože muškátového oříšku - 2½ *dkg* droždí - ¼ *l* mléka - 3—4 žloutky - 8 *dkg* rozinek - 5 *dkg* mandlí - 1 vejce na potření - 1 *dkg* mandlí na posypání - 1½ *dkg* másla na papír.

Kynutý věnec.

Máslo, tlučený cukr, žloutky, vejce třeme v míse 15 minut. Poté přidáme sůl, tluč. vanilku, strouh. citr. kůru, z droždí připravený, vy-

kynutý kvásek a vlahou smetanu. Vše zahustíme krupičkovou moukou, vypracujeme tuhé těsto a dáme kynouti 1 hodinu. Vykynuté těsto vyválíme na obdélník, potřeme jej do pěny umíchaným máslem, složíme a překládáme střídavě do $^1/_3$ po třikrát. Po čtvrté těsto rozdělíme na pět dílů. Ze tří dílů vyválíme rukou dlouhé válečky, upleteme věnec, položíme jej na rozpuštěným máslem pomazaný plech a na to položíme druhý, menší věnec, upletený pouze ze dvou dílů. Takto upravený věnec dáme vykynouti. Poté jej potřeme dvakrát umíchaným vajíčkem, posypeme krystalovým cukrem a sekanými loupanými mandlemi a dáme péci nejdříve do horké trouby, pak oheň zmírníme a věnec dopečeme. Upečený pocukrujeme a podáváme ke kávě.

Též můžeme připraviti věnec z těsta jako na vánočku nebo bochánek.

Rozpočet pro 5—10 osob: 50 *dkg* mouky - 5 *dkg* másla - 2½ *dkg* cukru - 2 žloutky - 1 celé vejce - citronová kůra - sůl - tluč. vanilka - 2 *dkg* droždí - $^3/_{16}$ *l* smetany - 5 *dkg* utřeného másla na potření dovnitř - 1 vejce na pomazání - 2 *dkg* mandlí - 1 *dkg* krystalového cukru - 2 *dkg* másla na plech.

Lomnické kroužky.

Máslo utřeme do pěny, pak přidáme žloutek neb vejce, sůl, citr. kůru, tlučený cukr a třeme 15 minut. Potom přidáme zkynuté droždí, ohřátou mouku, opražené, oloupané, strouhané neb jemně usekané lískové oříšky, neb loup. strouh. mandle, vlahé mléko a vypracujeme na vále tužší těsto, které přikryjeme vlahým kastrolem a dáme vykynouti. Pak z nakrájeného těsta děláme tenké válečky, upravíme věnečky, složíme je na vymazaný plech, a když opět vykynuly, upečeme je v dosti horké troubě do růžova. Upečené hodíme do horké, sladké vody, rychle je vyndáme, hned obalíme ve vanilkovém cukru, navlečeme na vařečku a necháme den schnouti. Také můžeme upečené věnečky po topení dáti do trouby uschnouti, načež je potřeme sladkou vodou, obalíme vanilkovým cukrem, znovu složíme na suchý plech a usušíme je ve vlahé troubě. Připravené, vykynuté těsto můžeme připraviti také tak, že je vyválíme na 2 *cm* silný plást, načež koblihovým kroužkem těsto vykrájíme a malým kroužkem vykrojíme prostředek, složíme je na pomazaný plech, upečeme a dále upravíme jako předešlé.

Rozpočet pro 5 osob: 7 *dkg* másla - 1 žloutek neb 1 celé vejce - sůl - citr. kůra - 5 *dkg* cukru - 1 *dkg* droždí - ⅛ *l* mléka - 28 *dkg* krupičkové mouky - 5 *dkg* lískových oříšků neb mandlí - 1 *dkg* másla na plech - ⅛ *l* vody a 3 *dkg* cukru na namáčení - 10 *dkg* vanilkového cukru na obalení.

Křehké suchary.

Do krupičkové, prosáté mouky rozsekáme máslo, přidáme sůl, tluč. cukr, citr. kůru a tlučenou vanilku nebo skořici. Doprostřed uděláme důlek, přilijeme z droždí vykynutý kvásek, vlahou smetanu, žloutek a vypracujeme hodně tuhé těsto, do kterého při pracování přidáváme jemně sekané, loupané mandle neb opražené ustrouhané oříšky. Z těsta uděláme na vále bochníček, přikryjeme jej vlahým kastrolem a dáme vykynouti. Poté uděláme z těsta silný, dlouhý váleček, položíme jej na máslem potřený plech a opět dáme vykynouti. Pak ho

pomažeme rozehřátým máslem a upečeme v mírnější troubě. Úplně studený nakrájíme na 1 *cm* silné plátky, složíme je na suchý plech a v troubě osušíme, načež je potíráme ve vodě povařeným cukrem (peroutkou), obalíme vanilkovým neb skořicovým cukrem a dáme opět do trouby usušiti. Suché uložíme a třetí den podáváme.

Rozpočet pro 5 osob: 30 *dkg* krupičk. mouky - 6 *dkg* másla - sůl - citr. kůra - vanilka neb skořice - 3 *dkg* cukru - 1 žloutek - 1 ½ *dkg* droždí - ⅛ *l* sladké smetany - 6 *dkg* mandlí neb oříšků - 2 *dkg* másla na plech - ⅛ *l* vody a 5 *dkg* cukru povaříme 3 minuty a pak potíráme suchary - 2 *dkg* másla na pomazání těsta - 15 *dkg* cukru - 3 *cm* vanilky na obalení.

Kynuté trubičky s meruňkovou pěnou.

V míse si umícháme máslo s cukrem, přidáme žloutky, citron. kůru, sůl, tlučenou vanilku neb vanilkový prášek. Do utřeného těstíčka nalejeme vykynulý kvásek (z droždí, malounko cukru, vlažného mléka a mouky — viz příprava kvasnic do těsta, str. 253!), přilijeme vlažné ostatní mléko, krupičkovou mouku a vypracujeme jemné kynuté těsto. Vypracované těsto přikryjeme ubrouskem a dáme na vlahé místo vykynouti. Potom těsto vyválíme na dlouhý pruh (30 *cm* široký), nakrájíme z něho proužky 4 *cm* široké, které natočíme na máslem pomazané plechové trubičky. Povrchu potřeme trubičky umíchaným žloutkem, posypeme je loupanými, sekanými mandlemi, dáme opět vykynouti, načež je v dobře vytopené troubě upečeme do růžova. Z pečených trubiček odstraníme plechové rourky a dáme je vychladnouti. Studené trubičky naplníme meruňkovou, jahodovou pěnou neb ušlehanou smetanou, viz str. 429—430, neb pěnou ze sušených meruněk.

Rozpočet pro 5 osob: 10 *dkg* másla - 4 *dkg* tluč. cukru - 2 žloutky - 2 cm^2 citr. kůry - ¼ kávové lžičky soli - 1 *cm* utlučené vanilky - 2 *dkg* droždí - $^1/_{16}$ *l* mléka - 28 *dkg* krupičkové mouky - 3 *dkg* másla na formičky a plech - 1 žloutek na potření trubiček - 2 *dkg* mandlí na posypání.

Pěna ze sušených meruněk.

Sušené meruňky namočíme do studené vody přes noc. Druhý den je procedíme a meruňky prolisujeme žíněným sítem do mísy neb strojku na tření. Potom přidáme tlučený cukr, bílky, rum neb citronovou šťávu a třeme šlehací metlou tak dlouho, až pěna zhoustne a zesvětlí. Pak ji dáme do sáčku s trubičkou a naplníme pečené trubičky neb i jiné cukrovinky.

Rozpočet pro 5 osob: 15 kusů sušených meruněk - 25 *dkg* tlučeného cukru - 3 bílky - 1 lžíce rumu neb citronové šťávy.

Kynuté taštičky.

Z uvedeného rozpočtu připravíme si třené kynuté těsto jako na kynuté trubičky, str. 272. Vykynuté těsto rozválíme na tenký plást, nakrájíme čtverečky, naplníme je tvarohovou neb makovou nádivkou, aneb dobrou zavařeninou, okraje čtverečků potřeme vajíčkem, uděláme taštičky, složíme je na pomaštěný plech a dáme vykynouti. Pak

je potřeme vajíčkem neb jen žloutkem, posypeme loupanými sekanými mandlemi a v horké troubě upečeme taštičky do růžova. Pečené pocukrujeme.

Rozpočet pro 5 osob: 14 *dkg* másla - 2 *dkg* tluč. cukru - 1 vejce - 1 žloutek - 1 *dkg* droždí - $^{1}/_{16}$ *l* smetany - 22 *dkg* krupičk. mouky - málo soli - 1 cm^2 citron. strouhané kůry - 1 vejce na potření - 1 *dkg* mandlí - 1 *dkg* másla na plech.

Rozpočet na tvarohovou nádivku: 5 *dkg* másla - 3 *dkg* tluč. cukru - 1 vejce - 1 lžíci smetany - 10 *dkg* tvarohu - 2 *dkg* rozinek - přípravu nádivek viz str. 273!

Slané tyčinky k čaji.

Na vále rozsekáme máslo do mouky, přidáme sůl, droždí vykynuté asi v 10 lžících vlahého mléka a 2 žloutky. Vypracujeme tužší těsto a pod teplým kastrůlkem je necháme vykynouti. Pak vyválíme váleček, z něho nakrájíme malé kousky, uděláme tyčky, složíme je na plech máslem potřený a dáme vykynouti. Pak je potřeme bílkem, posypeme solí a kmínem a upečeme je v prudké troubě do růžova. Pěkně je urovnáme na dlouhou mísu a podáváme k čaji.

Rozpočet pro 5 osob: 30 *dkg* mouky - 12 *dkg* másla - 2 *dkg* droždí - 10 lžic mléka - 2 žloutky - sůl - kmín na posypání - 1 *dkg* másla na plech - 1 bílek na potření.

NÁDIVKY DO TĚSTA.

Tvarohová nádivka.

Do umíchaného másla s cukrem zamícháme žloutek, citr. kůru, tlučenou vanilku, strouhaný nebo prolisovaný tvaroh, hořkou strouhanou mandli, lžíci mléka, nebo je-li nádivka řídká, lžíci bílé strouhané housky a naposled rozinky a z bílku sníh.

Rozpočet: 5 *dkg* másla - 5 *dkg* cukru - 2 žloutky - 30 *dkg* tvarohu - vanilka - citr. kůra - 1 hořká mandle - 2 lžíce mléka nebo housky - 3 *dkg* rozinek - z 2 bílků ušlehaný sníh.

Maková nádivka.

Makovou nádivku připravujeme buď jako na makový závin (viz stranu 261!) aneb takto:

Utlučený neb umletý mák uvaříme s cukrem v mléce do měkka. Měkký mák utřeme v míse, přidáme máslo, strouhaný perník a tlučenou skořici, citronovou kůru, hořkou mandli a kousek rybízové zavařeniny nebo medu a čokolády. Dobře umíchanou a studenou nádivkou plníme nebo potíráme těsto.

Rozpočet: 12 *dkg* máku - $^{3}/_{8}$ *l* mléka - 4 *dkg* cukru - ½ *dkg* másla - 3 *dkg* žlutého perníku - tluč. skořice - citr. kůra - 1 hořká mandle - 3 *dkg* rybízové zavařeniny nebo medu - 2 *dkg* čokolády.

Jablková nádivka.

Opraná jablka oloupáme, rozkrájíme na čtvrtky, zbavíme jadřinců, podlijeme studenou vodou a pod poklicí udusíme do měkka.

Měkká prolisujeme nebo umícháme, přidáme cukr, skořici, citr. kůru i šťávu, utlučený badián (hvězdičkové koření) a podle potřeby strouhaný, žlutý perník, načež nádivku dobře promícháme.

Rozpočet: 30 *dkg* jablek - 8 *dkg* cukru - skořice - citr. kůra a šťáva ze čtvrtky citronu - na špičku nože badiánu - 3 *dkg* perníku.

Ořechová nádivka.

Ustrouhané vlašské neb lískové oříšky nasypeme do cukru, svařeného s vodou na slabou nit, zamícháme, přidáme horkou, sladkou smetanu, utlučenou vanilku, ustrouhanou citronovou kůru, tlučený hřebíček a strouhanou housku. Nádivku promícháme a vychladlou plníme těsto.

Rozpočet: 10 *dkg* vlašských ořechů nebo lískových oříšků - 1 lžíce vody - 5 *dkg* cukru - 3 lžíce sladké smetany - na špičku nože vanilky - citronová kůra - 1 tlučený hřebíček a lžíce strouhané bílé housky.

Nádivka ze suchých švestek.

Suché švestky opereme, zalijeme vodou a uvaříme do měkka. Měkké procedíme, zbavíme pecek, usekáme a prolisujeme. Pak do nich přimícháme cukr, tluč. skořici, citronovou strouhanou kůru a rum. Je-li nádivka hustá, zředíme ji šťavou, ve které se švestky vařily.

Rozpočet: Na ¼ *kg* suchých švestek: 6 *dkg* cukru - skořice - citr. kůra - ½ lžíce rumu.

Povidlová nádivka.

Dobrá hustá povidla zředíme vlažnou vodou, přidáme cukr, rum, skořici, kůru citronovou nebo pomerančovou a dobře je umícháme.

Rozpočet: 12 *dkg* povidel - 6 *dkg* cukru - skořice - citr. kůra - ½ lžíce rumu.

Nádivka z rozvařených švestek.

Zralé švestky opereme, zbavíme pecek a v kamenné nádobě je rozvaříme. Potom je podle chuti osladíme, necháme na plotně zahoustnouti a do vychladlých přidáme skořici a úplně studenými potíráme lívanečky, vdolečky nebo plníme buchty.

Rozpočet: 25 *dkg* švestek - 3—5 *dkg* cukru - skořice.

Máslová drobenka na koláče.

Do prosáté mouky a cukru rozsekáme nožem máslo a vše ještě rukou promícháme, dáme na 10 minut do studena, načež posypeme naplněné koláče.

Rozpočet: *Na koláče z 60 dkg mouky:* 8 *dkg* mouky - 6 *dkg* cukru - 6 *dkg* másla.

BÁBOVKY.

Kynutá bábovka.

Do ohřáté mísy si dáme prosátou mouku, cukr, sůl, citr. kůru a utlučenou vanilku. Pak tam nalijeme vykynutý kvásek, připravený z droždí, trochu cukru, mouky a vlahého mléka, načež přidáme ve zbytku vlahého mléka umíchané žloutky a rozehřáté máslo a vypracujeme řidší těsto. Pak přidáme hrozinky a dobře je zamícháme. Bábovkovou kamennou neb železnou formu vymažeme dobře syrovým máslem, vysypeme houskou, těsto do ní nalijeme a dáme vykynouti na 3/4 hodiny. Potom bábovku pečeme v mírnější troubě asi jednu hodinu. Prochladlou bábovku vyklopíme a posypeme vanilkovým cukrem.

Rozpočet: Na 45 *dkg* krupičkové nebo hladké mouky: sůl - 8 *dkg* cukru - citr. kůra - tlučená vanilka - 2½ *dkg* droždí - ¼ *l* mléka - 3 žloutky - 12 *dkg* másla - 5 *dkg* hrozinek - 2½ *dkg* másla na formu - 3 *dkg* strouhané hou ky.

Jednoduchá bábovka.

Máslo utřeme s cukrem a žloutky. Přidáme sůl, citr. kůru, vykynuté droždí, vlahé mléko a tolik prosáté krupičkové neb hladké mouky, aby bylo těsto tak husté jako na buchty. Dobře je vypracujeme a dáme vykynouti. Vykynuté těsto rozválíme na vále na obdélník, potřeme jej na stéblo silně připravenou, studenou makovou nádivkou, zatočíme v kotouč a těsto dáme do syrovým máslem vymazané, houskou vysypané formy půl hodiny kynouti. Pak pečeme bábovku v dobře vytopené troubě hodinu. Prochladlou vyklopíme a pocukrujeme. (Nádivku viz Makový závin neb Nádivky!)

Rozpočet: 12 *dkg* másla - 6 *dkg* cukru - 2 žloutky - sůl - citronová kůra - 2½ *dkg* droždí - ¼ *l* mléka - 50 *dkg* krupičkové nebo hladké mouky - 2½ *dkg* másla - 3 *dkg* housky. — *Rozpočet nádivky:* 10 *dkg* máku - ½ *dkg* másla - ¼ *l* mléka - 4 *dkg* cukru - 3 *dkg* perníku - tlučená skořice - citronová kůra - 1 hořká mandle - 3 *dkg* rybízové zavařeniny.

Třená velká bábovka.

V míse umícháme do pěny čerstvé a převařené máslo. Pak k němu přisypeme cukr, přidáme citronovou kůru, žloutky, sůl a dobře umícháme (20 minut). Přidáme ustrouhané hořké mandle, v mléce vykynuté droždí, mouku a tolik vlahé smetany, aby z toho bylo těsto patřičně husté (spíše řidší). Poté zamícháme do těsta očištěné hrozinky, na nudličky nakrájené, oloupané mandle a těsto dobře vypracujeme. Velkou bábovkovou formu vymažeme syrovým máslem, vyložíme loupanými, nakrájenými mandlemi, vysypeme strouhanou houskou, těsto do ní vložíme a dáme 1 hod. kynouti. Potom bábovku zvolna pečeme 1 hod. Tato bábovka vydrží vláčná 10—14 dní.

Rozpočet: 12 *dkg* syrového čerstvého másla - 12 *dkg* převařeného másla - 20 *dkg* cukru - z ½ citronu kůra - 8 žloutků - 3 strouhané hořké mandle - sůl - 6 *dkg* droždí - ¼ *l* mléka - 60 *dkg* krupičkové mouky - 10—12 lžic sladké

smetany - 7 *dkg* hrozinek - 7 *dkg* mandlí - 3 *dkg* másla na formu - 4 *dkg* housky - 1 *dkg* mandlí - 2 *dkg* vanilkového cukru.

Jemná bábovka.

Do umíchaného másla, cukru, žloutků, citronové kůry, soli a tluč. vanilky nalijeme vykynutý kvásek, přidáme ostatní mouku a vypracujeme řídké těsto, načež do něho zamícháme očištěné hrozinky a oloupané, usekané mandle. Těsto nalijeme do máslem vymazané a houskou vysypané formy a bábovku pečeme jako předešlou 1 hodinu.

Rozpočet I.: Kvásek ze 3 *dkg* droždí - ¼ *l* smetany nebo mléka a 25 *dkg* krupičkové mouky. — *Na tření:* 19 *dkg* másla - 18 *dkg* cukru - 6 žloutků - citr. kůra - sůl - ½ *cm* tluč. vanilky - 15 *dkg* mouky - 5 *dkg* hrozinek - 1 *dkg* mandlí na vyzdobení do formy - 2 *dkg* másla - 3 *dkg* strouh. housky na vysypání - 2 *dkg* vanilkového cukru.

Rozpočet II.: Tentýž postup: ¼ *l* mléka - 4 *dkg* droždí - 15 *dkg* mouky. — *Nalření:* 20 *dkg* másla - 15 *dkg* cukru - 3 žloutky - 3 celá vejce - 35 *dkg* krupičkové mouky - sůl - citronová kůra - vanilka - 10 *dkg* hrozinek.

Mramorová bábovka.

Do utřeného másla přidáme cukr, žloutky, jeden po druhém, citr. kůru a vše třeme 20—25 minut. Poté přidáváme po lžících polovinu mouky a všechnu smetanu. Do ostatní mouky prosijeme kypřící prášek. Z bílků si ušleháme tuhý sníh, který současně přidáváme s moukou smíchanou s práškem. Lehce promíchané těsto rozdělíme na tři díly, první díl nalijeme do máslem vymazané, strouh. houskou vysypané formy, do druhého dílu zamícháme strouhanou čokoládu neb kakao, přidáme k prvému a do třetího dílu přikapeme citronovou šťávu a strouh. hořkou mandli a přidáme k ostatním. Takto připravenou bábovku dáme do trouby a pečeme ji zvolna 1 hodinu. Upečenou, prochladlou vyklopíme a pocukrujeme.

Rozpočet: 12½ *dkg* másla - 24 *dkg* cukru - citr. kůra - ¼ *l* smetany - 5 žloutků - 42 *dkg* krupičkové mouky - z 5 bílků sníh - 1 balíček kypřícího prášku do těsta - 6 *dkg* čokolády neb 1½ *dkg* kakaa - 1 lžíce citronové šťávy - 1 hořká mandle - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* strouhané housky.

Prášková bábovka.

V míse umícháme do pěny máslo, načež přidáme stále míchajíce žloutek, lžíci cukru, lžíci mléka a lžíci krupičkové mouky. Takto třeme těsto tak dlouho, až je v něm celé množství udaného rozpočtu, což trvá ½ hod. Poté přidáme lehce do těsta z bílků tuhý sníh, prosátý kypřící prášek, loupané strouhané mandle a citronovou kůru. Bábovkovou formu vymažeme syrovým máslem, vysypeme strouhanou houskou, těsto do ní nalijeme a hned pečeme v přiměřeně vytopené troubě 1 hod. Upečenou vychladlou bábovku vyklopíme a pocukrujeme.

Rozpočet na 1 bábovku: 16 *dkg* másla - 5 žloutků - 10 *dkg* tlučeného cukru - 20 *dkg* krupič. mouky - 5 lžic studeného syrového mléka - z 5 bílků sníh - ½ balíčku kypřícího prášku (Moudrá hlava) - 3 *dkg* loupaných mandlí. — *Na vymazání formy:* 3 *dkg* másla - 3 *dkg* strouhané housky - 3 *dkg* vanilkového cukru na posypání.

Třená prášková bábovka menší.

Máslo dobře utřeme s cukrem a žloutky, přidáme citr. kůru, strouhané hořké mandle, po lžicích vlažného mléka a polovinu mouky. Pak přidáme do těsta lehce z bílků tuhý sníh a druhou polovinu mouky smícháme s 1 kypřicím práškem. Těsto dáme do vymazané a vysypané formy a pečeme je v mírné troubě asi ¾ hod. Upečenou prochladlou bábovku pocukrujeme.

Rozpočet I.: 6 *dkg* másla - 12 *dkg* cukru - 4 žloutky - citr. kůra - 2 hořké mandle - 6 lžic vlažného mléka - 4 bílky - 1 kypřící prášek - 25 *dkg* krupičkové mouky - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* strouhané housky.

Rozpočet II.: 12 *dkg* másla - 12 *dkg* cukru - 4 žloutky - citr. kůra - 6 *dkg* loupaných sladkých mandlí - 2 hořké mandle - 6 lžic vlahé smetany - 4 bílky - 25 *dkg* krupičkové mouky - 1 prášek do pečiva - 2 *dkg* másla - 3 *dkg* housky.

Rozpočet III.: 12 *dkg* másla - 15 *dkg* cukru - 6 žloutků - citronová kůra - 2 hořké mandle - ¼ *l* smetany - 6 bílků - 35 *dkg* krupičkové mouky - 1 prášek do pečiva - 2 *dkg* másla - 3 *dkg* housky.

Třená prášková bábovka bez másla.

Tlučený, prosátý cukr, žloutky a citronovou kůru třeme v míse ¼ hodiny. Pak přidáváme vlahou smetanu a po lžících polovinu prosáté krupičkové mouky. Do zamíchaného těsta přidáme z bílků tuhý sníh a druhou polovinu mouky, do které jsme prosály a dobře zamíchaly kypřicí prášek do těsta. Rychle a lehce zamíchané těsto vložíme do formy máslem vymazané, houskou vysypané a mandlemi ozdobené a dáme je péci do prostředně horké trouby asi 1 hodinu. Upečenou necháme 10 minut stát, načež ji vyklopíme a pocukrujeme.

Rozpočet pro 5 osob: 25 *dkg* cukru - 6 žloutků - citr. kůra - ¼ *l* vlažné syrové smetany - 6 bílků - 40 *dkg* krupičkové mouky - 1 prášek do pečiva - 2 *dkg* másla - 3 *dkg* housky - 1 *dkg* mandlí.

Šlehaná bábovka.

Celá vejce a prosátý cukr, citronovou kůru a utluč. vanilku dobře v hrnci neb kotlíku ušleháme, pak postavíme hrnec do kastrolu s horkou vodou a šleháme, až těsto začne nabývati a houstnouti, což trvá asi hodinu. Pak odstavíme hrnek s plotny a mícháme tím, až vše vychladne, načež přidáme citr. šťávu a krupičkovou mouku. Těsto nalijeme do máslem vymazané, houskou vysypané formy a pečeme ¾ hod. v mírné troubě.

Připravíme-li takto těsto z druhého rozpočtu s bramborovou moukou, můžeme je pak upéci v dortové formě a políti citr. polevou jako dort.

Rozpočet pro 5 osob: 6 vajec - 20 *dkg* cukru - z 1 citronu kůra i šťáva - tlučená vanilka - 18 *dkg* mouky - 2 *dkg* másla - 3 *dkg* housky.

Rozpočet II.: *Malá forma:* 4 vejce - z ½ citronu kůra i šťáva - vanilka - 9 *dkg* cukru - 5½ *dkg* bramborové mouky - 1 *dkg* másla - 2 *dkg* housky na formu.

Bábovka z bramborové mouky.

Cukr třeme se žloutky 30 minut. Pak přidáme citr. kůru i šťávu, z bílků tuhý sníh s bramborovou moukou. Plechovou bábovkovou formu vymažeme syr. máslem, vysypeme moukou, těsto do ní vlijeme a zvolna upečeme. Prochladlou vyklopíme a posypeme vanilkovým cukrem.

Rozpočet: 25 *dkg* cukru - 7 žloutků - z ½ citr. kůra i šťáva - ze 7 bílků sníh - 16 *dkg* bramborové mouky - 2 *dkg* másla - 1 *dkg* mouky pšeničné na vysypání - 2 *dkg* vanilkového cukru.

Jiný rozpočet II.: 20 *dkg* cukru - 6 žloutků - z 1 citr. kůra i šťáva - ze 6 bílků sníh - 12 *dkg* bramborové mouky - 2 *dkg* másla - 1 *dkg* mouky.

Piškotová bábovka I.

V kotlíku na sníh šleháme cukr, vejce a žloutky ¾ hodiny. Pak přidáme zlehka prosátou, krupičkovou mouku, citronovou kůru a šťávu. Plechovou bábovkovou formu vymažeme syrovým máslem, vysypeme moukou, těsto do ní nalijeme a bábovku upečeme v dobře vytopené troubě. Prochladlou vyklopíme a pocukrujeme. Použijeme-li strojku na tření těsta, je těsto utřeno za 10 minut.

Rozpočet: 6 vajec - 3 žloutky - 20 *dkg* cukru - 1 citron - 12 *dkg* krupičkové mouky - 1 *dkg* másla - 1 *dkg* mouky na vysypání - 2 *dkg* vanilkového cukru.

Piškotová bábovka II.

Prosátý, tlučený cukr se žloutky třeme v míse vařečkou ½ hod. Pak přidáme rum a třeme znovu 10 minut, načež přidáme z bílků sníh a krupičkovou mouku. Bábovkovou formu vymažeme syrovým máslem, vysypeme jemně strouhanou houskou, těsto do ní nalijeme a dáme péci. Upečenou prochladlou vyklopíme a pocukrujeme.

Rozpočet: *Malá forma:* 18 *dkg* cukru - 4 žloutky - kávová lžička rumu - ze 4 bílků sníh - 14 *dkg* mouky - 2 *dkg* másla na formu - 3 *dkg* strouh. housky - 2 *dkg* vanilkového cukru.

Bábovka se šlehanou smetanou.

Tlučený, prosátý cukr, citronovou kůru, hořkou mandli, tlučenou vanilku a žloutky třeme v míse pilně 25 minut. Pak přikapeme do těsta citronovou šťávu a lehce, dosti rychle přidáme tuhý sníh z bílků a krupičkovou mouku. Plechovou formu na bábovku neb formu na biskupský chlebíček vymažeme syrovým máslem, vysypeme moukou, těsto do ní nalijeme a bábovku pečeme v přiměřeně vytopené troubě ½—¾ hodiny. Upečenou, prochladlou bábovku vyklopíme. Úplně studenou, nejlépe druhý den, na širší straně (při pečení vrch) seřízneme asi na 1 *cm*. Vnitřek bábovky neb chlebíčku opatrně vydlabeme, načež vzniklý prostor naplníme ušlehanou, slazenou smetanou, přiklopíme seříznutým těstem a bábovku neb chlebíček převrátíme na mísu. Potom povrch bábovky polijeme čokoládovou polevou. Když poleva oschne, upravíme bábovku na mísu vyloženou ozdobným papírem.

Poznámka: Těsto se sněhem a moukou nikdy již nemícháme, nýbrž je lehce přehazujeme, protože by zřídlo a nebylo by již tak kypré.

Rozpočet pro 5 osob: 15 *dkg* tluč. cukru - z ¼ citronu kůra - 2 *cm* vanilky - 6 žloutků - 1 hořká neloupaná mandle - z ½ citronu šťáva - ze 6 bílků sníh - 15 *dkg* krupičkové mouky - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* krupičkové mouky na vysypání formy - ⅜ *l* šlehané smetany - 4 *dkg* cukru do ní. — *Rozpočet na polevu:* ¼ *l* studené vody svaříme na nitku s 20 *dkg* kusového cukru. Horký, svařený cukr nalijeme po malých částech do mísy, ve které jest rozehřáta s 1 lžící vody a s máslem umíchána dobrá čokoláda. Jakmile poleva začne houstnouti, polijeme bábovku: 12 *dkg* čokolády - 1 *dkg* másla.

JINÉ MOUČNÍKY.

Třešňové knedlíky.

Do umíchaného másla se solí a vajíčkem zamícháme ustrouhaný vláčný tvaroh, načež přisypeme prosátou mouku, přilijeme podle potřeby mléka, aby vzniklo vláčné těsto, a dobře je vypracujeme. Poté těsto na pomoučeném vále vyválíme na 1 *cm* silně, nožem nakrájíme malé čtverečky, do každého zabalíme čtyři černé třešně neb višně, pěkně upravíme knedlíky, načež je ve vařící, osolené vodě vaříme 5—8 minut. Vařené dáme na síto, pak na mísu, polijeme rozpáleným máslem, posypeme tvarohem a cukrem a povrch pokapeme také rozpáleným máslem. V době švestek zabalíme do těsta opranou a osušenou švestku nebo meruňku, ale i jiné ovoce můžeme do těsta zabaliti.

Rozpočet pro 5 osob: 3 *dkg* másla - sůl - 1 vejce - 6 *dkg* strouh. neb měkkého tvarohu dovnitř - 25 *dkg* krupičkové mouky - ⅛ *l* mléka - 50 *dkg* višní nebo třešní - 5 *dkg* strouh. tvarohu na posypání - 3 *dkg* cukru - 5 *dkg* másla.

Taštičky s povidlovou nádivkou.

Připravíme si těsto tvarohové jako na třešňové knedlíky aneb těsto bramborové (viz Švestkové knedlíky). Z připraveného těsta na pomoučeném vále vyválíme plást 1½ *cm* silný, nakrájíme čtverečky, naplníme je povidlovou nádivkou neb nádivkou ze suchých švestek (viz str. 274!), upravíme taštičky a dáme je vařiti do osolené vody 5 minut. Uvařené a dobře okapané taštičky dáme na mísu, pomastíme máslem a posypeme smaženou strouhanou žemlí s cukrem neb strouhaným tvarohem nebo perníkem.

Rozpočet pro 5 osob: *těsto tvarohové:* 4 *dkg* másla - sůl - 1 vejce - neb 2 žloutky - 6 *dkg* tvarohu dovnitř - 25 *dkg* krupičkové mouky - ⅛ *l* mléka - 5 *dkg* tvarohu na posypání - 3 *dkg* cukru - 6 *dkg* másla.

Rozpočet pro 5 osob: *těsto bramborové:* 60 *dkg* brambor - 25 *dkg* krupičkové mouky - 1 vejce. — *Na sypání a pomaštění:* 2 *dkg* strouhané housky - 2 *dkg* cukru - 6 *dkg* másla neb 4 *dkg* perníku.

Rozpočet a úprava nádivky viz str. 274!

Knedlíky ze spařeného těsta.

Mléko, sůl a máslo necháme přijíti k varu, načež tam nasypeme mouku a stále míchajíce na plotně vymícháme hodně tuhé těsto,

které se ani na vařečku, ani na kastrol nechytá. Poté dáme těsto vychladnouti. Do studeného zamícháme vejce jedno po druhém a z těsta, které je hodně tuhé, nakrájíme stejné kousky, do každého zabalíme očištěnou švestku, ale i jiné ovoce. Uděláme knedlíky, které vaříme v osolené vodě 3—5 minut. Pak knedlíky na míse upravíme jako předešlé.

Rozpočet pro 5 osob: $^3/_{16}$ *l* mléka - sůl - 5 *dkg* másla - 14 *dkg* krupičkové mouky - 2 vejce - ½ *kg* švestek. — *Na omaštění a posypání:* 3 *dkg* tvarohu - 3 *dkg* cukru - 4 *dkg* másla.

II. *způsob:* Krupičkovou mouku polijeme vařícím mlékem, osolíme a na vále pracujeme tak dlouho, až se válu nechytá, přidáme vejce a opět vypracujeme. Pak přikryjeme těsto teplým kastrolem, necháme asi ¼ hod. odpočinouti, načež z něho krájíme malé kousky. Do každého dáme očištěnou švestku, zabalíme a knedlíky vaříme v osolené vařící vodě asi 5 min. Upravíme je na mísu, polijeme rozpáleným máslem, posypeme cukrem, tvarohem a znova pokapeme máslem.

Rozpočet pro 5 osob: 20 *dkg* krupičkové jemné mouky - ⅛ *l* vařícího mléka - sůl - 1 vejce - 3 *dkg* tvarohu (syrečku) - 2 *dkg* cukru - 6 *dkg* másla - ½ *kg* švestek - 5 *dkg* mouky na posypání válu.

Švestkové knedlíky z bramborového těsta.

Uvařené, oloupané a prolisované brambory smícháme na vále s krupičkovou moukou, přidáme sůl, vejce a vypracujeme tužší těsto. Hned je vyválíme, nakrájíme na čtverečky, naplníme švestkami, dobře zakulatíme, načež je v osolené vodě vaříme 5 minut. Uvařené knedlíky dáme na síto, pak je upravíme na mísu jako třešňové, nebo je pomastíme, posypeme smaženou houskou a cukrem. Také můžeme tyto knedlíky naplniti povidlovou nádivkou.

Rozpočet pro 5 osob:: 70 *dkg* brambor - 2 vejce - 25 *dkg* mouky - sůl - 6 *dkg* másla - 2 *dkg* cukru - 3 *dkg* tvarohu - ¾ *kg* švestek.

Ovocné knedlíky.

Do umíchaného másla se solí a žloutky zamícháme mlékem navlhčenou, oloupanou a strouhanou housku a podle potřeby mouky. Vypracované těsto vyválíme jako na třešňové knedlíky a také tak knedlíky upravíme a uvaříme.

Také švestkové a meruňkové knedlíky připravujeme z kynutého těsta. (Viz Kynuté těsto na knedlíky strana 266!)

Rozpočet pro 5 osob: 3 *dkg* másla - sůl - 2 žloutky - ⅛ *l* mléka - 6 *dkg* oloupané housky - 30 *dkg* mouky - asi 50 *dkg* ovoce - 5 *dkg* másla - 2 *dkg* cukru - 3 *dkg* tvarohu.

Tvarohové knedlíky se strouhanou houskou.

V míse umícháme máslo, sůl, žloutky a citr. kůru. Poté přidáme prolisovaný tvaroh, z bílků sníh současně se strouhanou houskou a moukou. Pak z těsta uděláme 5 knedlíků, které vaříme v osolené vodě 12—15 minut. Uvařené knedlíky natrhneme vidličkou, mastíme

máslem a sypeme osmaženou, strouh. houskou. Také můžeme podávati knedlíky s ovocnou šťávou, povidlovou omáčkou neb meruňkovou omáčkou. (Viz Tvarohové šišky, strana 268!)

Poznámka: Z těsta nejdříve uvaříme knedlík na zkoušku, a byl-li měkký, nutno ještě přidati strouhané housky.

Rozpočet pro 5 osob: 4 *dkg* másla - 2 žloutky - sůl - citr. kůra na špičku nože - 25 *dkg* tvarohu - 12 *dkg* strouhané housky - 2 *dkg* krupičkové mouky - ze 2 bílků sníh - 4 *dkg* másla - 2 *dkg* housky.

Tvarohové knedlíky s krupicí.

Těsto si připravíme jako v předešlém předpise, avšak místo housky přidáváme krupici a mouku se sněhem z bílků a vaříme je 15—18 minut. Rovněž i tyto knedlíky dříve vyzkoušíme a podáváme buď jen sypané smaženou houskou a omaštěné, nebo k nim podáváme ovocný kompot.

Rozpočet pro 5 osob: 6 *dkg* másla - 3 žloutky - sůl - 25 *dkg* tvarohu - ze 3 bílků sníh - 30 *dkg* krupice - 1 *dkg* mouky. — *Na pomaštění* 4 *dkg* másla - 2 *dkg* strouhané housky.

Tvarohové řezy s jablkovou nádivkou.

Z téhož těsta jako na tvarohové máslové koláčky (viz str. 302!) vyválíme dva obdélníky, jeden přenesemeválečkem na suchý plech, potřeme jej jablkovou kaší nebo dobrou zavařeninou, druhým přikryjeme, povrch těsta potřeme žloutkem a upečeme v horké troubě do růžova. Horký koláč hodně pocukrujeme a studený nakrájíme na libovolné řezy.

Rozpočet týž jako na tvarohové koláčky, str. 302.

Jablková kaše: 50 *dkg* jablek oloupáme, každé jablko rozdělíme na 4 díly, zbavíme jadřinců, zalijeme ⅛ *l* studené vody a dáme přikryté dusiti na plotnu. Měkké umícháme, přidáme 10 *dkg* cukru a ještě povaříme. Potom hustou studenou kaší potřeme těsto. Místo jablkové kaše 15 *dkg* rybízové neb malinové zavařeniny.

Krupicová kaše.

Prohlédnutou krupici nasypeme stále míchajíce do vařícího osoleného a oslazeného mléka a kaši mícháme, až zhoustne. Pak ji dáme na misu, posypeme cukrem a skořicí nebo strouhanou čokoládou a polijeme rozpáleným máslem.

Rozpočet pro 5 osob: 15 *dkg* krupice - 1½ *l* mléka - sůl - 6 *dkg* cukru do mléka - 4 *dkg* cukru na posypání - skořice nebo ½ tabulky strouhané čokolády - 6 *dkg* másla.

Rýžová kaše.

Přebranou rýži vypereme, spaříme, zalijeme studeným mlékem, přidáme sůl, kousek másla, tluč. cukru a stále míchajíce připravíme kaši. Na míse ji upravíme jako krupicovou kaši.

Rozpočet pro 5 osob: 20 *dkg* rýže - 1 ½ *l* mléka - sůl - 8 *dkg* cukru - 2 *dkg* másla - 4 *dkg* cukru - skořice nebo strouhaná čokoláda - 6 *dkg* másla.

Krupicový trhanec.

Krupici, žloutky, polovinu mléka, tlučený cukr a sůl dobře smícháme a necháme stát 2 hodiny. Pak přidáme druhou polovinu mléka a z bílků tuhý sníh. Pekáč vymažeme dobře rozehřátým máslem, těsto do něho nalijeme a pečeme zvolna asi ½ hodiny. Pak roztrháme těsto dvěma vidličkami a dáme je ještě na chvíli do trouby. Poté trhanec urovnáme na mísu, posypeme cukrem s vanilkou a podáváme k němu malinovou šťávu nebo kompot.

Rozpočet pro 5 osob: ¼ *l* krupice - 4 žloutky - ½ *l* mléka neb smetany - 4 *dkg* cukru - málo soli - ze 4 bílků sníh - 5 *dkg* másla - 2 *dkg* vanilkového cukru.

Tvarohový trhanec.

Do umíchaného másla se solí dobře zamícháme cukr, žloutky, vanilku, citr. kůru a po lžicích prolisovaný neb ustrouhaný tvaroh a smetanu, načež přidáme z bílků tuhý sníh a mouku. Pak těsto nalijeme do dobře vymaštěného pekáče a trhanec upečeme a roztrháme jako v předešlém předpise. Pečený pocukrujeme a podáváme k němu rybízovou nebo malinovou šťávu.

Rozpočet pro 5 osob: 3 *dkg* másla - málo soli - 6 *dkg* cukru - 3 žloutky - vanilka - citr. kůra - 45 *dkg* tvarohu - $^1/_{16}$ *l* smetany - ze 3 bílků sníh - 6 *dkg* krupičkové mouky - 4 *dkg* másla na vymaštění - 2 *dkg* vanilkového cukru na posypání - ⅛ *l* malinové šťávy.

Moučný trhanec.

Do umíchaného másla přidáme na špičku nože soli, pak cukr, citr. kůru, žloutky jeden po druhém. Vše dobře umícháme, načež přidáváme po lžicích mléko, krupičkovou mouku a naposled z bílků sníh a hrozinky. Těsto nalijeme do dobře vymaštěného pekáče a upečeme je v mírnější troubě do červena asi ¾ hod. Upečený trhanec nakrájíme na čtverečky, posypeme jej cukrem a podáváme s kompotem.

Rozpočet pro 5—10 osob: 14 *dkg* másla - sůl - 12 *dkg* cukru - 6 žloutků - ¼ *l* mléka - 16 *dkg* mouky - ze ¼ citr. kůru - 4 *dkg* hrozinek - ze 6 bílků sníh - 4 *dkg* másla na pekáč - 2 *dkg* vanilkového cukru.

Rýže se švestkami.

Z přebrané, vyprané a spařené rýže a mléka uvaříme kaši a dáme ji vychladnouti. V míse umícháme máslo, cukr, žloutky, citr. kůru a vanilku, poté přidáme vychladlou rýži, ustrouhanou čokoládu, oříšky a z bílků sníh. Nákypovou formu nebo pekáček vymažeme máslem, vysypeme jemně ustrouhanou houskou, polovinu hmoty do ní rozetřeme, poklademe očištěnými, pecek zbavenými švestkami, na ně rozetřeme druhou polovinu hmoty a upečeme ji v troubě do

červena. Pak upravíme rýži na mísu a pocukrujeme. Takto můžeme připraviti rýži se zavařenými švestkami nebo višněmi nebo s nakrájenými oloup. jablky.

Rozpočet pro 5 osob: 16 *dkg* rýže - ½ *l* mléka - 5 *dkg* másla - 8½ *dkg* cukru - citr. kůra - vanilka - 2 žloutky - 4 *dkg* čokolády - 2 *dkg* opražených strouhaných oříšků - ze 2 bílků sníh - 25 *dkg* švestek nebo višní - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* housky - 1 *dkg* cukru.

Rýže s pomoranči.

Přebranou, vypranou rýži spaříme vařící vodou a necháme ji okapati. V kastrole si rozehřejeme dobré máslo, přidáme do něho rýži, zalijeme ji vařící vodou a v troubě dusíme. Zvlášť si připravíme tlučený cukr se strouhanou citronovou a pomerančovou kůrou i šťávou, dobře promícháme, aby se cukr dobře kůrou i šťávou navlhčil a zežloutl. Pak cukr zamícháme do rýže a rýži udusíme do měkka, načež ji dáme vychladnouti. Studenou rýži rozdělíme, polovinu jí upravíme na máslem vymazanou mísu, potřeme ji lehce meruňkovou zavařeninou a přidáme druhý díl rýže. Pěkně urovnanou rýži potřeme opět zavařeninou. Takto upravenou rýži ozdobíme ovocným krémem, posypeme jej cukrem a dáme do vlažné trouby oschnouti. Před podáváním ozdobíme rýži na dílky rozděleným pomorančem.

Ovocný krém: Tlučený cukr a malinovou zavařeninu dobře utřeme. Pak přidáme do utřené zavařeniny lehce tuhý sníh z bílků. Hotový krém upravíme na rýži.

Rozpočet pro 5 osob: 15 *dkg* pěkné rýže - 8 lžic vody - 6 *dkg* másla - 15 *dkg* cukru - 3 pomoranče - 1 citron - 2 *dkg* másla na mísu - 10 *dkg* meruňkové zavařeniny. — *Rozpočet na krém:* 7½ *dkg* malinové zavařeniny - 7½ *dkg* tlučeného cukru - 4 bílky na sníh - 1 *dkg* jemného krystalového cukru na posypání - 1 pomoranč na ozdobu.

Bublanina třešňová I.

V mléce dobře umícháme na špičku nože soli, cukr, žloutky, hořkou mandli, citr. kůru a vanilku, načež přidáme z bílků tuhý sníh, podle potřeby strouhané housky, rozpuštěné máslo, mouku a černé třešně neb višně. Smíšeninu lehce promíchanou nalijeme do dobře vymazaného, houskou vysypaného kastrolu a bublaninu upečeme v prostředně horké troubě do červena. Pečenou pocukrovanou podáváme.

Rozpočet pro 5 osob: ¼ *l* mléka - na špičku nože soli - 1 lžíci cukru - 3 žloutky - ze ¼ citr. kůra - hořká mandle - vanilka - asi 15 *dkg* strouh. housky - 3 *dkg* másla - 2 lžíce mouky - z 3 bílků sníh a 50 *dkg* černých třešní - 3 *dkg* másla - 1 *dkg* housky - 2 *dkg* vanilkového cukru.

Bublanina II.

Umíchané máslo, cukr, žloutky, citr. kůru a vanilku třeme 20 minut. Poté přidáváme po lžicích z bílků tuhý sníh a mouku. Nízký pekáč nebo plech vymažeme syrovým máslem, vysypeme moukou, těsto na něj na 2 *cm* silně rozetřeme, poklademe višněmi nebo třešněmi

a v dobře vytopené troubě upečeme bublaninu do růžova. Upečenou prochladlou nakrájíme na řezy a pocukrovanou podáváme.

Rozpočet pro 5 osob: 15 *dkg* másla - 15 *dkg* cukru - 3 žloutky - vanilka - citr. kůra - ze 3 bílků sníh a 15 *dkg* mouky - 1 *dkg* másla - 1 *dkg* mouky - 1 *dkg* vanilkového cukru - ¼—½ *kg* višní.

Bublanina III.

Máslo, cukr, žloutky, citron. kůru a skořici dobře umícháme. Pak přidáme strouhanou, mlékem navlhčenou housku a z bílků tuhý sníh. Pekáč vymažeme dobře syrovým máslem, vysypeme houskou, těsto do něho urovnáme, poklademe hustě černými třešněmi a upečeme v prostředně horké troubě do červena. Upečenou bublaninu pocukrujeme vanilkovým cukrem.

Rozpočet pro 5 osob: 12 *dkg* másla - 12 *dkg* cukru - 3 žloutky - citr. kůra - skořice - z 5 bílků sníh - 15—20 *dkg* strouhané housky - ⅛ *l* mléka - 2 *dkg* másla - 3 dkg strouhané housky na pekáč - 25—50 *dkg* černých třešní.

Bublanina IV.

Tlučený cukr, žloutky, citronovou kůru, tlučenou vanilku dobře v míse utřeme. Pak přidáme zlehka loupané mleté mandle, strouhanou žemli neb rohlík a z bílků tuhý sníh. Pekáček nebo plech s vyšším okrajem vymažeme dobře máslem, vysypeme moukou, těsto do něho nalijeme na 2 *cm* silně, poklademe višněmi a v dobře vytopené troubě upečeme bublaninu do růžova. Pečenou prochladlou nakrájíme na řezy a pocukrovanou podáváme.

Rozpočet pro 5 osob: 14 *dkg* cukru - 4 žloutky - 2 cm^2 citr. kůry - 1 *cm* vanilky - 14 *dkg* mandlí - 6 *dkg* strouh. žemle - 4 bílky na sníh - 2 *dkg* másla a 2 *dkg* krupičkové mouky na pekáček - 25 *dkg* višní nebo třešní.

Sněhové nočky s krémem.

Mléko s cukrem povaříme. Z bílků si ušleháme tuhý sníh, načež z něho kávovou lžičkou vykrojíme nočky do vařícího mléka a povaříme je na obou stranách 1 minutu. Pak je vyndáme na mísu. V malém množství mléka umícháme žloutky s vanilkou a stále míchajíce přilijeme do nich horké sladké mléko a postavíme vše opět stále míchajíce na plotnu. Prohřátý krém (ne vařiti) nalijeme na noky a dáme vystydnouti. (Nočky vaříme v mléce po částech, ne najednou.)

Rozpočet pro 5 osob: ¾ *l* mléka - 24 *dkg* tlučeného cukru - 6 bílků. - *Krém:* ¼ *l* mléka - 6 žloutků - 3 *cm* celé vanilky.

Krupicový svítek v mléce.

V míse utřeme máslo a sůl, pak přidáme cukr, citr. kůru a žloutky a vše třeme 15 minut. Do utřeného přidáme po lžicích krupičku, mléko a naposled tuhý sníh z bílků. Menší dortovou formu neb kastrol vymažeme syrovým máslem, vysypeme moukou, těsto do ní rozetřeme a svítek upečeme v mírnější troubě. Upečený pro-

chladlý svítek nakrájíme na podélné dílky, dáme jej do větší nádoby, zalijeme syrovým mlékem s cukrem a vanilkou, dáme na plotnu na mírný oheň a zahříváme tak dlouho, až se všechno mléko do svítku vsáklo. Pak upravíme svítek na mísu a polijeme zvlášť upraveným krémem. Krém: Do studeného mléka v hrnci rozmícháme cukr, žloutky a vanilku, pak postavíme hrnek do kastrolu s vařící vodou a krém necháme, stále jím míchajíce, zahoustnouti, načež jej nalijeme na svítek.

Rozpočet pro 5 osob: 3 *dkg* másla - sůl - citr. kůra - 4 *dkg* cukru - 2 žloutky - ⅛ *l* mléka - 12 *dkg* krupice - ze 2 bílků sníh. *Na zalití:* ¾ *l* mléka - 6 *dkg* cukru - vanilka. — *Krém:* ⅛ *l* mléka - 4 *dkg* cukru - 2 žloutky - 1 *cm* vanilky - 1 *dkg* másla - 1 *dkg* mouky na kastrol.

Nudle s tvarohovou nádivkou.

Z uvedeného rozpočtu připravíme nudlové těsto, vyválíme je na 3 *mm* silné placky a usušíme. Pak z nich nakrájíme 3 *mm* široké nudle, které vaříme ve slané vodě 3—4 minuty. Uvařené prolijeme studenou vodou a dáme okapati. Zvlášť připravíme tvarohovou nádivku: v míse umícháme máslo s tluč. cukrem, přidáme žloutky, citronovou kůru, vanilku, hořkou mandli a dobrý ustrouhaný tvaroh, načež vše dobře utřeme. Naposled zamícháme do nádivky očištěné hrozinky, vařené nudle a zlehka z bílků tuhý sníh. Menší pekáč vymažeme syrovým máslem, vysypeme bílou strouhanou houskou, promíchané nudle do něho urovnáme, pokapeme je stejnoměrně sladkou smetanou, poklademe nakrájeným máslem a pokrm upečeme v troubě do růžova. Pečené nudle upravíme na mísu a posypeme je sekanými mandlemi neb ořechy smíchanými s cukrem, ale i neposypané jsou velmi chutné.

Rozpočet pro 5 osob: *Nudle:* 18—20 *dkg* mouky - 2 vejce - sůl do vody. *Nádivka:* 10 *dkg* másla - 10—12 *dkg* tlučeného cukru - 3—4 žloutky - ze ¼ citronu kůra - 1 *cm* tlučené vanilky - 1 hořká mandle - 35 *dkg* strouhaného neb měkkého tvarohu - 5 *dkg* hrozinek - ze 3—4 bílků sníh - 3 *dkg* másla a 3 *dkg* strouh. bílé housky na pekáč - ⅛ *l* sladké smetany - 3 *dkg* másla - 2 *dkg* mandlí neb ořechových jader - 2—3 *dkg* tlučeného cukru.

Jablkovec.

Housky neb nesypané rohlíky nakrájíme na plátky a navlhčíme mlékem. Dortovou formu neb kastrol vymažeme dobře syrovým máslem a vysypeme strouhanou houskou, načež klademe do ní vrstvu navlhčených housek, vrstvu na plátky nakrájených jablek, posypeme je tlučeným cukrem se skořicí, hrozinkami a sekanými oříšky. Na to dáme opět nakrájené housky, pokapeme máslem, přidáme jablka, tluč. cukr se skořicí, hrozinky a sekané oříšky. Povrch poklademe opět navlhčenou houskou, pokapeme máslem a celek zalijeme trochu mlékem, ve kterém jsme umíchaly 1 vejce, a jablkovec pečeme v mírnější troubě asi ¾ hod. Mezi pečením jej poléváme ostatním mlékem s míchaným vajíčkem.

Před podáváním jej upravíme na mísu a ozdobíme sněhovým krémem.

Krém: Ze 3 bílků ušleháme tuhý sníh a do něho zašleháme po kávových lžičkách 5 *dkg* tlučeného prosátého cukru, pak metlu vyndáme a zlehka vařečkou zamícháme 15 *dkg* tluč. cukru. Tuhý krém rozetřeme na jablkovec a rychle jej necháme v horké troubě 2 minuty zarůžovět.

Rozpočet pro 5 osob: 30 *dkg* housek (6 kusů) - ⅓ *l* mléka - 50 *dkg* jablek - 6 *dkg* cukru - skořice - 6 *dkg* másla - 4 *dkg* hrozinek - 3 *dkg* oříšků - ⅛ *l* mléka - 1 vejce na zalití - 3 *dkg* másla a 2 *dkg* housky na vymazání.

Tvarohová žemlovka.

V míse v mléce umícháme dobře žloutky, tluč. cukr a rozehřáté prochladlé máslo. Pak tam vložíme na plátky nakrájené housky neb rohlíky a necháme je, až se dobře navlhčí. Pekáč vymažeme máslem, do něho vložíme vrstvu navlhčených housek, vrstvu dobře upraveného tvarohu (viz Nádivky str. 2731), navrch dáme opět housky a pokapeme je máslem. Poté žemlovku pečeme zvolna asi ¾ hod. Podáváme ji na míse pocukrovanou.

Rozpočet pro 5 osob: 30 *dkg* housek (6 kusů) - ½ *l* mléka - 2 žloutky - 2 lžíce cukru - 2 lžíce rozehřátého másla. — *Nádivka:* 50 *dkg* tvarohu - 3 *dkg* másla - 3 *dkg* cukru - 1 vejce - citr. kůra - 2 *dkg* sladkých mandlí - 5 *dkg* hrozinek - na pekáč 2 *dkg* másla - 2 *dkg* cukru na posypání.

Třená žemlovka.

Do umíchaného másla s cukrem zamícháme žloutky, sekané opražené oříšky, očištěné hrozinky, načež přidáme na plátky nakrájené, dobře mlékem navlhčené housky a tuhý sníh z bílků. — Pak rozetřeme polovinu hmoty do máslem vymazaného a houskou vysypaného pekáče, poklademe ji na plátky nakrájenými jablky a na to přidáme druhou polovinu hmoty. Žemlovku pečeme zvolna ½ hodiny. Upečenou buď pocukrujeme nebo ozdobíme jako jablkovec, ale také ji můžeme upéci i bez jablek a pocukrovanou podávati s jablkovým kompotem.

Rozpočet pro 5 osob: 6 *dkg* másla - 4 *dkg* cukru - 2 žloutky - 3 *dkg* oříšků - 4 *dkg* hrozinek - 30 *dkg* housek - ½ *l* smetany neb mléka - ze 2 bílků sníh - 3 *dkg* másla na pekáč - 1 *dkg* cukru - 2 *dkg* strouh. housky - 50 *dkg* jablek.

Plněné žemličky.

Malé kulaté žemličky nahoře seřízneme, opatrně je vydlabeme, složíme je do mísy a navlhčíme mlékem. Potom žemličky naplníme nádivkou, na ní upravíme kousek ovocného rosolu a seříznutým vrškem přiklopíme. Nato složíme žemličky do máslem vymazaného pekáčku, zbylým mlékem zalijeme a dáme je péci do přiměřeně vytopené trouby asi na 15—20 minut. Upečené upravíme na mísu, pocukrujeme a podáváme.

Nádivka: Do dobře umíchaného másla zamícháme cukr, žloutky, opražené ustrouhané oříšky, strouhanou čokoládu, vanilku, z bílků

sníh a bílou strouhanou žemli (z vydlabaných žemliček). Lehce promíchanou nádivkou plníme žemličky.

Rozpočet pro 5 osob: 5 velkých žemliček nebo 10 malých - ¼ *l* mléka - 2 *dkg* másla na pekáček - 3 *dkg* vanilkového cukru. — *Nádivka:* 5 *dkg* másla - 6 *dkg* cukru - 2 žloutky - 6 *dkg* opražených oříšků - 2 *dkg* čokolády - 3 *dkg* bílé žemle - tlučená vanilka a ze 2 bílků sníh.

Morkové řezy.

Dlouhou housku nakrojíme na plátky (nedokrojíme) a pokropíme mlékem. Hovězí morek dáme rozehřát, načež jej procedíme do mísy. Když vychladne, utřeme jej s máslem, přidáme tlučený cukr, žloutky, hrozinky, rozsekané mandle neb oříšky, citr. kůru a naposled přidáme do dobře utřeného tuhý sníh z bílků. Nakrojenou, navlhčenou housku pomažeme po jedné straně připravenou nádivkou, a to tak, aby namazaná strana připojila se k straně suché. Když jsou všechny plátky namazané, upravíme housku do máslem vymazaného pekáčku. Do mléka, zbylého z navlhčené housky, rozmícháme žloutek a housku tím polijeme a dáme do trouby péci as ¼ hod. Pozor, aby nevysmahla. Zbude-li nám nádivka, můžeme ji před pečením na housku rozetříti.

Housky pak na míse pocukrujeme nebo je potřeme sněhovým krémem, do kterého napícháme loup. mandle a v troubě se sněhem pečeme 3 minuty. Místo morku můžeme dáti 10 *dkg* měkkého tvarohu.

Sněhový krém si připravíme jako na jablkovec.

Rozpočet pro 5 osob: 30 *dkg* housky (nebo 5 housek) - ⅛ *l* mléka - 10 *dkg* hovězího tuku (morku) - 8 *dkg* čerstvého másla - 8 *dkg* cukru - 4 žloutky - 4 *dkg* hrozinek - 3 *dkg* loup. sekaných mandlí - 1 cm^2 citr. kůry - ze 2 bílků sníh. Na zalití zbylé mléko a 1 žloutek - 3 *dkg* mandlí na ozdobu - 2 *dkg* másla na vymazání kastrolu.

Křehké řezy s tvarohovou nádivkou.

Na vál připravíme hladkou prosátou mouku a strouhanou citronovou kůru. Nožem do ní rozsekáme drobně máslo, uděláme důlek, přilijeme studenou vodu s umíchanými žloutky a vypracujeme dobře, ale dosti rychle těsto a dáme je do studena ztuhnouti. Poté těsto rozdělíme na dva díly, oba vyválíme na obdélníky stejné velikosti. Jeden přenesemeválečkem na plech vyložený papírem, potřeme jej tvarohovou nádivkou, druhým obdélníkem přikryjeme, okraje dobře přitiskneme a koláč upečeme v dobře vyhřáté troubě do růžova. Pečený, horký koláč posypeme hodně vanilkovým cukrem a studený nakrájíme na řezy.

Nádivka: v míse umícháme 15 *dkg* tlučeného cukru se 3 žloutky, citron. kůrou do husta, pak přidáme 40 *dkg* strouhaného neb měkkého tvarohu - 5 *dkg* očištěných hrozinek, 2 hořké mandle, tlučenou vanilku a zlehka tuhý sníh ze 3 bílků.

Místo tvarohovou nádivkou můžeme naplniti řezy jablkovou nádivkou (viz Nádivky do těsta, str. 274!).

Rozpočet pro 5 osob: 30 *dkg* hladké mouky - 22 *dkg* másla aneb 12 *dkg* másla a 10 *dkg* tuku (sany) - ze ¼ citronu kůra - ⅛ *l* vody - 2 žloutky.

Křehké taštičky.

Na vál si připravíme hladkou mouku, přidáme práškový cukr, tlučenou vanilku a do všeho rozsekáme máslo, přilijeme žloutky a vypracujeme lehké, křehké těsto. Poté těsto vyválíme na pomoučeném vále na ¼ *cm* silně, nakrájíme obdélníčky 9 *cm* dlouhé, 6 *cm* široké, naplníme je oříškovou nádivkou, okraje potřeme lehce bílkem, přeložíme přes nádivku, radýlkem neb nožem zarovnáme a složíme taštičky na suchý plech. Povrchu je pomažeme vajíčkem, posypeme sekanými loupanými mandlemi a v dobře vyhřáté troubě je upečeme do růžova. Pečené pocukrujeme. Taštičky mohou se plniti hustou zavařeninou aneb dobře upravenou tvarohovou nádivkou.

Nádivka I.: 10 *dkg* tluč. cukru — 3 žloutky — citronová kůra (¼ citronu) utřeme do husta. Pak přimícháme 10 *dkg* mletých mandlí — tluč. vanilku a ½ *dkg* strouh. žemle. Lehce promíchanou nádivkou naplníme taštičky. — Místo nádivky 15 *dkg* zavařeniny.

Nádivka II.: 4 *dkg* tluč. cukru — 1 vejce — tluč. vanilku dobře utřeme. — Poté přimícháme rozstrouhaný neb měkký tvaroh (20 *dkg*), 2 *dkg* mletých mandlí a 2 *dkg* očištěných hrozinek. — Promíchanou nádivkou plníme taštičky.

Rozpočet pro 5—10 osob: 35 *dkg* hladké mouky - 20 *dkg* másla - 5 *dkg* cukru - 2 žloutky - tlučená vanilka - 1 vejce na potření - 1 *dkg* mandlí - cukr s vanilkou na posypání.

ZÁVINY.

Jablkový závin.

Na vál si připravíme prosátou, hladkou mouku, uděláme důlek, přilijeme do něho vlahou vodu, ve které jsme rozpustily sádlo, sůl, ocet a umíchaly dobře vejce (řidší těsto). Těsto nejdříve pracujeme nožem a pak rukou tak dlouho, až je měkké, lesklé, tažné a nechytá se ruky ani válu. Pak z těsta uděláme bochánek, na vále jej přikryjeme vlahým kastrolem a necháme ¼ hod. odpočinouti. Pak položíme těsto na pomoučený ubrus,válečkem je trochu vyválíme, potřeme rozpuštěným máslem a opatrně a tence rukama vytáhneme. Okraje ořízneme ostrým nožem, těsto posypeme na másle usmaženou, vychladlou strouhanou houskou, do poloviny těsto posypeme oloupanými, tence na lístky nakrájenými jablky, cukrem se skořicí, očištěnými hrozinkami, loupanými mandlemi a pokapeme je rumem. Pak závin pomocí ubrusu zatočíme, položíme jej na dobře pomaštěný plech, povrchu jej potřeme máslem a dáme péci do přiměřeně vytopené trouby asi ½ hod. Mezi pečením potíráme povrch závinu máslem. Upečený pocukrujeme a prochladlý nakrájíme. Do závinu můžeme též přidati strouhanou citr. kůru.

Rozpočet pro 5 osob: *Těsto:* 35 *dkg* hladké mouky - málo soli - ⅛ *l* vody - 3 kapky octa - 1 vejce - 2 *dkg* sádla. — *Nádivka:* 75 *dkg* jablek - 10 *dkg* strouh. housky - 3 *dkg* másla - 6 *dkg* cukru - skořice - ½ káv. lžičky rumu - 6 *dkg* másla na potření závinu i plechu - 3 *dkg* hrozinek - 2 *dkg* mandlí.

Tvarohový závin I.

Připravíme si těsto jako na jablkový závin, silněji je vytáhneme, do poloviny potřeme dobrou tvarohovou nádivkou (viz Nádivky str. 273!), posypeme hrozinkami, zatočíme a dáme do vymaštěného pekáčku péci. Mezi pečením poléváme závin mlékem, a když se všechno mléko do závinu zapeklo, nakrájíme jej a dáme na mísu a pocukrujeme.

Aby se nám závin neroztrhal, potřeme jej utřenou nádivkou bez mandlí a hrozinek a těmi potom nádivku posypeme.

Na těsto týž rozpočet jako u jablkového závinu a na zalití $^1/_8$ *l* mléka.

Rozpočet nádivky: 3 *dkg* másla - 8 *dkg* cukru - 2 žloutky - 15 *dkg* tvarohu - 2 lžíce kys. smetany - citr. kůra - vanilka - sníh z bílku a 3 *dkg* hrozinek - 3 *dkg* loupaných mandlí.

Tvarohový závin II.

Do hladké mouky přidáme tluč. cukr, citr. kůru, vanilku a na špičku nože amonia. Poté do ní rozsekáme máslo, přidáme žloutky a tolik bílého vína, aby bylo dosti tuhé. Vypracované těsto dáme do studena na ½ hodiny. Pak je rozválíme, potřeme dobrou tvarohovou nádivkou (viz Nádivky str. 273!), sbalíme, pomažeme vajíčkem a dáme péci na máslem potřený plech. Upečený závin pocukrujeme a nakrájíme.

Rozpočet pro 5 osob: 30 *dkg* hladké mouky - 7 *dkg* cukru - citron. kůra - vanilka - na špičku nože amonia - 16 *dkg* másla - 2 žloutky a podle potřeby bílého vína - 1 vejce na potření a 1 *dkg* másla - 1 *dkg* vanilkového cukru.

Závin s bramborovou nádivkou.

Připravíme si těsto jako na jablkový závin a dáme je odpočinouti. Mezitím si v míse utřeme máslo, přidáme cukr, žloutky, jeden po druhém, citr. kůru, vařené, sitem prolisované brambory, loupané strouhané mandle a tuhý sníh z bílků. Odpočinuté těsto vytáhneme na pomoučený ubrus, potřeme utřenou nádivkou, těsto do poloviny posypeme hrozinkami, zavineme je, dáme do nízkého, máslem vymazaného pekáče neb na plech, na povrchu potřeme závin vajíčkem a dáme péci. Zapečený závin potřeme mlékem a dopečeme. Poté jej nakrájíme a podáváme k němu vanilkový krém nebo vinnou pěnu (viz Dukátové buchtičky!).

Rozpočet těsta jako na jablkový závin viz str. 288!

Rozpočet na krém viz Dukátové buchtičky str. 259!

Nádivka: 8 *dkg* másla - 6 *dkg* cukru - 2½ žloutků - z ½ citronu kůra - 2½ *dkg* mandlí - 17 *dkg* vařených bramborů - ze 3 bílků sníh - 3½ *dkg* hrozinek - 1 *dkg* másla na vymaz. pekáče - ½ vejce na pomazání - $^1/_{16}$ *l* mléka na potření.

Bramborový kynutý závin.

Prolisované brambory polijeme rozehřátým máslem, poté přidáme prosátou krupičkovou mouku, lžíci cukru, sůl, z droždí při-

pravený, vykynutý kvásek, vejce a z citronu ustrouhanou kůru. Vypracujeme vláčné těsto a dáme je vykynouti. Pak je vyválíme na ¼ *cm* silně, potřeme máslem, posypeme smaženou houskou, jablky, cukrem se skořicí, citronovou kůrou, hrozinkami a sekanými oříšky. Pak pokapeme těsto rumem, dáme na máslem potřený plech a dáme ještě chvíli kynouti. Poté povrch závinu potřeme máslem a dáme péci. Upečený pocukrujeme a prochladlý nakrájíme.

Rozpočet pro 5 osob: 12 *dkg* vařených brambor - 5 *dkg* másla - 18 *dkg* krupič. mouky - 3 *dkg* cukru - sůl - 1 *dkg* droždí - $^1/_{16}$ *l* mléka - 1 vejce - z ½ citr. kůra do těsta - 5 *dkg* strouh. housky - 3 *dkg* másla na usmažení - 50 *dkg* jablek - 6 *dkg* cukru se skořicí - 3 *dkg* hrozinek - 3 *dkg* mandlí neb oříšků - 2 cm^2 kůry - 1 lžíce rumu - 5 *dkg* másla na potření těsta, závinu a plechu - 2 *dkg* vanilkového cukru na posypání.

Krupicový závin.

Obyčejné závinové těsto (viz Jablkový závin str. 288!) vytáhneme a potřeme stejnoměrně takto připravenou nádivkou: v míse si utřeme máslo, pak přidáme žloutky, cukr, sůl, citr. kůru a třeme asi 25 minut. Poté stále míchajíce přidáváme po lžičkách sladkou smetanu a krupici, načež zlehka přimícháváme z bílků tuhý sníh. Potom závin zatočíme, vložíme na máslem potřený plech nebo do pekáčku a upečeme jej stále potírajíce do růžova. Pečeme-li závin v pekáči, přilijeme k němu po straně trochu smetany, na plechu však závin smetanou jen potíráme. Upečený pocukrujeme, nakrájíme a podáváme k němu vanilkový krém (viz Dukátové buchtičky str. 259!).

Rozpočet na závinové těsto: 20 *dkg* hladké mouky - sůl - $^1/_{16}$ *l* vody - 1 vejce - 1 *dkg* sádla. — *Nádivka:* 4 *dkg* másla - 2 žloutky - 2½ *dkg* cukru - sůl - z ½ citr. kůra - ⅛ *l* smetany - 8 *dkg* krupice - ze 2 bílků tuhý sníh - 1 *dkg* másla na plech - $^1/_{16}$ *l* smetany na potření - 2 *dkg* vanilkového cukru.

Máslový závin.

Z hladké mouky a dobrého českého, vodou vyplaveného másla si uděláme rychle ve studenu máslový bochníček a dáme jej na talíř do studena.

Zatím si připravíme takto druhé těsto: do hladké mouky na vále dáme málo soli, uděláme do ní důlek, přidáme do něho žloutky, bílé víno, podle potřeby vlahé vody a vypracujeme dobře těsto, a to tak, až se na něm tvoří puchýřky, což trvá půl hodiny i déle. Poté těsto rozdělíme na 2 díly, každý vyválíme na menší čtverec a smetáčkem ometeme mouku. Máslový bochníček rovněž rozválíme na čtverec velikosti vyváleného těsta, položíme jej na čtverec těsta a druhým vyváleným těstem máslo dobře přikryjeme a vyválíme vše na pomoučeném vále na stéblo silně, mouku smeteme a těsto složíme po délce na čtyřikráte, zabalíme do suché utěrky, pak do vlhké utěrky a dáme je do studena ztuhnouti na ½ hodiny. Pak těsto znovu vyválíme, složíme a uložíme na ½ hodiny do studena. Těsto složíme a vyválíme ještě jednou a dáme do studena. Po čtvrté těsto vyválíme na tenký obdélník, položíme jej na studenou vodou opláchnutý plech, prostředek poklademe studenými, hodně tence na lístky nakrájenými a malou chvíli du-

šenými jablky, posypeme cukrem se skořicí, oba konce přeložíme přes sebe, povrch potřeme vejcem a závin upečeme rychle v horké troubě do růžova. Pečený hodně pocukrujeme a studený nakrájíme.

Rozpočet pro 5 osob: *Máslový bochníček:* 12 ½ *dkg* másla - 6 *dkg* hladké mouky.

Druhé těsto: 12 ½ *dkg* hladké mouky - sůl - 1 žloutek - 1 stopečka vína neb octa (t. j. likérová sklenka) - podle potřeby vody - 50 *dkg* jablek - 3 *dkg* cukru se skořicí - 1 vejce na potření - 2 *dkg* vanilkového cukru.

Závin s ořechovou nádivkou.

Do umíchaného másla přidáme cukr, žloutek, vejce, sůl, vanilku, citronovou kůru a vše třeme 15 minut. Do utřeného přidáme vykynutý kvásek, připravený z droždí, cukru a mouky, přilijeme vlahou smetanu a mouku, vypracujeme těsto a dáme je vykynouti. Vykynuté těsto rozválíme na ½ *cm* silný obdélník, potřeme jej ořechovou nádivkou, zatočíme na závin, který položíme na pomaštěný plech a dáme vykynouti. Poté jej potřeme vajíčkem a upečeme v dobře vytopené troubě do červena. Pečený pocukrujeme a studený nakrájíme a podáváme ke kávě.

Nádivka: $^1/_6$ *l* vody a 12 *dkg* cukru povaříme na slabou nit. Do toho zamícháme z ½ citronu kůru, trochu skořice a vanilky, 1 utlučený hřebíček, 21 *dkg* strouhaných vlašských ořechů a stále míchajíce necháme nádivku zhoustnouti. Kdyby snad byla řídká, zahustíme ji strouhanou houskou nebo piškotovými drobečky. Příliš hustou nádivku zředíme smetanou. Studenou umíchanou nádivkou potíráme těsto.

Rozpočet pro 5 osob: 7 *dkg* másla - 3 ½ *dkg* cukru - 1 vejce - 1 žloutek - sůl - ⅛ *l* smetany - 1 ½ *dkg* droždí - ½ *l* jemné hladké mouky - tlučená vanilka - citronová kůra - 1 *dkg* másla na plech - 1 vejce na potření.

Piškotový závin.

Prosátý tlučený cukr, žloutky, citronovou kůru a tlučenou prosátou vanilku třeme v míse 20 minut. Poté přidáme prosátou, krupičkovou mouku a z bílků tuhý sníh. Plech potřeme syrovým máslem, posypeme moukou, těsto na něj rozetřeme na 1 *cm* silně a rychle upečeme. Upečený, ještě horký závin potřeme dobrou rybízovou zavařeninou, zatočíme a dáme jej ještě na plech do trouby asi na 3 minuty zapéci. Studený závin nakrájíme šikmo na 1 *cm* silné řezy a pocukrujeme.

Pokryjeme-li upečený závin sladkým sněhem, který pěkně upravíme, zapícháme do něho oloupané, na nudličky nakrájené mandle a dáme ještě takto na 4 minuty do trouby zažloutnouti, jmenujeme tento závin cukrovým ježkem.

Příprava sněhu: Z bílků ušleháme tuhý sníh, načež do něho lehce a rychle vařečkou přimícháme utlučený prosátý cukr.

Rozpočet na piškotový závin: 10 *dkg* cukru - 5 žloutků - citr. kůra - utluč. vanilka - 10 *dkg* krupičkové mouky - z 5 bílků sníh - 1 ½ *dkg* másla na vymazání - 1 *dkg* krupič. mouky na vysypání - 8 *dkg* rybízové zavařeniny. — *Na sladký sníh:* 3 bílky - 15 *dkg* cukru - 2 *dkg* mandlí.

Pomorančový závin.

Cukr a žloutky třeme 15—20 minut, pak přikapáváme, stále míchajíce z pomoranče šťávu a nastrouhanou kůru, načež zlehka přidáme velmi tuhý sníh současně s krupičkovou moukou. Těsto upečeme do růžova jako piškotový závin, ještě teplý potřeme meruňkovou zavařeninou, zatočíme a buď jen pocukrujeme nebo polijeme pomorančovou polevou.

Poleva: 14 *dkg* cukru (pudru) - 2 lžíce vařící vody a 2 lžičky pomorančové šťávy třeme v míse tak dlouho, až je poleva bílá, lesklá a hustá, načež ji rychle kulatým nožem rozetřeme na závin.

Rozpočet pro 5 osob: 10 *dkg* tluč. cukru - 4 žloutky - z 1 malého pomoranče šťáva i kůra - ze 4 bílků sníh - 10 *dkg* krupičkové mouky - 1 ½ *dkg* syrového másla - 1 *dkg* mouky na vymazání a vysypání - 15 *dkg* meruňkové zavařeniny.

Oříškový závin s citronovou polevou.

Tlučený prosátý cukr, žloutky a citronovou kůru třeme 25 minut. Poté přidáme z bílků tuhý sníh, krupičkovou mouku a umleté lískové oříšky. Plech vymažeme dobře syrovým máslem, vysypeme moukou, těsto na něj rozetřeme a rychle upečeme. Upečené teplé těsto potřeme malinovou zavařeninou, zatočíme, povrch opět potřeme zavařeninou, polejeme citronovou polevou, a když oschla, nakrájíme řezy. Místo citronové polevy můžeme závin políti přes zavařeninu čokoládovou polevou, viz str. 416!

Rozpočet pro 5 osob: 10 *dkg* cukru - 5 žloutků - ze ¼ citr. kůra - z 5 bílků tuhý sníh - 5 *dkg* mouky - 5 *dkg* lískových strouh. oříšků - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky - 10 *dkg* zavařeniny dovnitř - 18 *dkg* zavař. na potření.

Rozpočet na polevu jako u pomorančového závinu. — Čokoládovou viz ořechové řezy!

Jablkový závin z křehkého těsta.

Do hladké mouky, moučkového cukru a strouhané citronové kůry rozsekáme máslo, uděláme důlek, do kterého nalijeme v mléce umíchané žloutky, přidáme citronovou šťávu, na špičku nože kypřícího prášku a vypracujeme těsto, které dáme do studena ztuhnouti. Potom je rozdělíme na polovinu a stejnoměrně rozválíme. Jeden díl přeneseme na pomazaný plech, poklademe jej oloupanými, na plátky nakrájenými jablky, posypeme vanilkovým cukrem, hrozinkami, strouhanou, smaženou houskou a na to vložíme druhou polovinu těsta, povrch pomažeme vajíčkem, posypeme hrubě sekanými, opraženými oříšky a závin upečeme v horké troubě do růžova. Upečený zchladlý nakrájíme a pocukrovaný podáváme.

Rozpočet pro 5 osob: 30 *dkg* hladké mouky - 8 *dkg* cukru - z ½ citr. kůra i šťáva - 15 *dkg* másla - $^1/_{16}$ *l* mléka - 2 žloutky - na špičku nože kypřícího prášku - 50 *dkg* křehkých jablek - 10 *dkg* vanilkového neb skořicového cukru - 3 *dkg* hrozinek - 3 *dkg* strouh. housky - 1 *dkg* másla na usmažení housky - 1 vejce na potření - 3 *dkg* oříšků na posypání.

Křehký závin z lojového těsta.

Pěkný, výřezový syrový lůj utřeme na vále válečkem, až se zpění, při čemž z něho odstraníme všechny blanky (žilky). Do pěkně utřeného loje přidáme mouku, upravíme bochníček, který dáme do studena na 15 minut ztuhnouti. Na vál si připravíme větší část mouky, málo soli, cukr, uděláme důlek, přilijeme mléko, ocet, žloutky, vypracujeme těsto, až je jemné a dělají se na něm puchýřky. Nato těsto na pomoučeném vále trochu rozválíme, doprostřed dáme bochníček z loje, který těstem dobře obalíme a obě těsta vyválíme na obdélník, třikráte je přeložíme jako těsto lístkované, znovu vyválíme, složíme a ještě dvakráte opakujeme. Po čtvrté těsto vyválíme na 2 stejné obdélníky, jeden položíme na suchý plech, poklademe nakrouhanými jablky, posypeme cukrem se skořicí, hrozinkami a loupanými sekanými mandlemi. Přikryjeme druhým obdélníkem, povrchu potřeme vajíčkem a v horké troubě závin upečeme. Místo jablky můžeme závin naplniti tvarohovou nádivkou. Místo závinu můžeme z těsta nakrájeti obdélníčky rozměru asi 11krát 14 *cm* a na tyto do prostředka upravíme nádivku a uzavřeme se všech stran, jako psaníčko. Povrchu je potřeme vejcem a upečeme jako závin.

Teplé pocukrujeme vanilkovým cukrem.

Rozpočet pro 5 osob: 25 *dkg* výřezového loje - 4 lžíce mouky - 12 lžic hladké a krupičkové mouky - sůl - ½ lžíce cukru - 4 lžíce mléka - 4 lžíce vinného octa - 2 žloutky - 1 vejce na potření. *Nádivka:* 75 *dkg* jablek - 3 *dkg* jemného cukru - tlučená skořice - 3 *dkg* mandlí - 3 *dkg* hrozinek.

Tvarohovou nádivku viz nádivky!

Ořechový závin s máslovým krémem.

Vlašské strouhané ořechy promícháme s vajíčkem a utlučeme je ve hmoždíři. V čisté mise třeme pilně ½ hod. prosátý cukr, žloutky a trochu vanilky, načež přimícháváme utlučené ořechy a opět chvíli třeme. Poté přidáme zlehka tuhý sníh současně s krupičkovou moukou a piškotovými drobečky. Těsto rozetřeme na plech, který jsme vyložily papírem, pomazaly máslem a posypaly moukou, a upečeme rychle těsto do růžova.

Pak s něho opatrně papír sloupneme, na něj znovu položíme papír, s papírem zatočíme a dáme vychladnouti, načež jej rozbalíme, papír odstraníme, studenou plochu potřeme máslovým krémem, zatočíme na závin, povrchu jej potřeme citronovou polevou, posypeme sekanými vlašskými ořechy neb jej zdobíme půlkami ořechů.

Krém: čajové máslo dobře umícháme, přidáme prosátý pudrový cukr, utlučenou vanilku a strouhané, vodou navlhčené ořechy, které jsme utloukly ve hmoždíři na hladkou kaši. Krém dobře umícháme.

Rozpočet na závin: 5 *dkg* vlašských ořechů a 1 vejce se utluče v hmoždíři - 11 *dkg* tluč. cukru - 7 žloutků - vanilka - ze 7 bílků sníh - 5 *dkg* krupičkové mouky a 5 *dkg* piškotových drobečků nebo strouhané housky - 1½ *dkg* másla - 1 *dkg* mouky. — *Rozpočet na krém:* 12½ *dkg* másla - 12½ *dkg* cukru - vanilka - 5 *dkg* vlašských ořechů - 1 lžíce vody a utlučené ořechy - 3 *dkg* ořechů na ozdobu. — *Poleva:* 14 *dkg* cukru (pudru) - 2 lžíce vařící vody - 2 lžičky citronové šťávy.

Čokoládový závin.

Tlučený prosátý cukr, žloutky a vanilku třeme 20 minut, načež přimícháme rozstrouhanou čokoládu a naposledy tuhý sníh z bílků současně s moukou a rozstrouhanými mandlemi. Těsto rozetřeme na papír jako v předešlém předpise a závin rychle upečeme, poté obrátíme těsto papírem vzhůru, papír sloupneme, na ně znovu papír položíme, s papírem zatočíme a těsto necháme úplně vychladnouti. Pak je rozbalíme, potřeme ušlehanou oslazenou smetanou, znovu zatočíme, nakrájíme na šikmé řezy, které povrchu ozdobíme šlehanou smetanou neb jen pocukrujeme.

Rozpočet na 16 řezů: 10 *dkg* cukru - 7 žloutků - vanilka - 10 *dkg* čokolády - ze 7 bílků sníh - 5 *dkg* neloupaných strouhaných mandlí - 5 *dkg* krupičkové mouky - 2 *dkg* másla - 1 ½ *dkg* krupičkové mouky - ¾ *l* šlehané smetany - 6 *dkg* cukru do smetany.

OMELETY.

Třené omelety.

Do umíchaného másla přidáme cukr, žloutky, vanilku a citronovou kůru a znovu dobře utřeme (15 min.). Pak přidáváme stále míchajíce po lžicích studené mléko, krupič. mouku a naposled zlehka z bílků tuhý sníh. Omeletovou pánev vymažeme rozehřátým máslem, těsto po lžicích na ni rozetřeme a omelety na obou stranách upečeme. Pak je potíráme zavařeninou, zatočíme, pocukrujeme a teplé podáváme.

Rozpočet pro 5 osob: 4 *dkg* másla - 7 ½ *dkg* cukru - citr. kůra a tlučená vanilka - 5 žloutků - ½ *l* mléka - 30 *dkg* krupič. mouky - 5 bílků - 5 *dkg* másla na potírání pánve - 20 *dkg* zavařeniny - 2 *dkg* cukru na posypání.

Omeleta z bramborové mouky.

Tlučený cukr, žloutky a citr. kůru třeme 15 minut. Pak přidáme do těsta bramborovou mouku a z bílků tuhý sníh. Těsto rozetřeme na máslem vymazanou, moukou vysypanou pánev a upečeme v horké troubě. Pečenou omeletu potřeme zavařeninou, sbalíme a pocukrujeme.

Rozpočet na jednu omeletu: 14 *dkg* cukru - 4 žloutky - citronová kůra - ze 4 bílků sníh - 3 malé lžičky bramborové mouky - 2 *dkg* másla a 2 *dkg* mouky na pánev - 5 *dkg* zavařeniny - ½ *dkg* vanilkového cukru.

Rychlá omeleta.

V kotlíku ušleháme ze 3 bílků tuhý sníh, pak do něho zašleháme 3 lžíce cukru, citronovou kůru, vanilku, 3 žloutky a naposled přidáme lehce 3 lžíce mouky. Omeletovou pánev vymažeme syrovým máslem, vysypeme moukou, těsto na ni rozetřeme a omeletu rychle v troubě do růžova upečeme. Upečenou, ještě teplou potřeme dobrou zavařeninou, přeložíme, pocukrujeme a hned podáváme.

Rozpočet na velkou omeletu: 3 bílky - 6 *dkg* cukru - 3 žloutky - citron. kůra - 5 *dkg* mouky - 1 *dkg* másla - 1 *dkg* mouky - 5 *dkg* zavařeniny - 1 *dkg* vanilkového cukru.

Piškotové lívanečky se šlehanou smetanou.

Do utřeného másla zamícháme cukr, přidáme žloutky, jeden po druhém, citr. kůru, trochu vanilky a třeme ¼ hod. Pak přidáme z bílků tuhý sníh a krupičkovou mouku. Těstem vyplníme máslem vymazaný a moukou vysypaný lívanečník a lívanečky upečeme v troubě do červena. Hotové lívanečky potřeme zavařeninou a studené ozdobíme slazenou šlehanou smetanou nebo posypeme strouhaným tvarohem.

Rozpočet pro 5 osob: 6 *dkg* másla - 8 *dkg* cukru - 5 žloutků - citr. kůra - vanilka - z 5 bílků sníh - 10 *dkg* mouky - 4 *dkg* másla na lívanečník - 3 *dkg* mouky na vysypání - 12 *dkg* meruňkové neb rybízové zavařeniny - ⅛ *l* šlehané smetany - 1½ *dkg* cukru.

Jemné lívanečky.

Do mísy si připravíme krupičkovou mouku, kterou polejeme vařící vodou neb mlékem a necháme státi 4 hodiny. Poté přimícháme do těsta žloutky, sůl, citronovou kůru a těsto třeme 20 minut. Lívanečník vymažeme rozpáleným máslem, těsto do něho upravíme a upečeme. Upečené horké lívanečky obalíme ve skořicovém cukru a podáváme k nim dušené ovoce.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* krupičkové mouky - 1 *l* vřelé vody neb mléka - 4 žloutky - sůl - citronová kůra - 5 *dkg* másla na lívanečník - 5 *dkg* skořicového cukru.

Malé koláčky.

Do dobře umíchaného másla zamícháme tlučený cukr, citronovou kůru, vanilku, žloutky, celá vejce a bedlivě třeme asi ½ hodiny. Pak tam nasypeme loupané, strouhané mandle a prosátou krupičkovou mouku a znova dobře zamícháme. Rozpálený lívanečník s menšími důlky vymažeme dobře rozpáleným máslem, těsto do důlků rozetřeme, doprostřed každého syrového koláčku dáme malý kousek husté zavařeniny, který posypeme upraženými, oloupanými, sekanými oříšky a koláčky v troubě upečeme do růžova. Hotové vyndáme opatrně kulatým nožem a pocukrované podáváme. Tyto koláčky vydrží křehké hodně dlouho.

Rozpočet pro 5—10 osob: 20 *dkg* másla - 20 *dkg* cukru - ze ¼ citronu kůra - na špičku nože vanilky - 3 žloutky - 4 celá vejce - 7 *dkg* loupaných strouhaných mandlí - 25 *dkg* krupičkové mouky - 3 *dkg* másla na vymazání - 10 *dkg* meruňkové zavařeniny - 5 *dkg* sekaných oříšků - 2 *dkg* vanilkového cukru na posypání. Z tohoto rozpočtu jest asi 65 koláčků.

Palačinky s tvarohem.

Do hrnce si připravíme osolenou hladkou mouku a kousek strouhané citronové kůry. Do ní nalijeme v mléce umíchané vajíčko a těsto, které musí býti řídké, dobře umícháme. Ohřátou omeletní pánev vy-

mažeme rozpuštěným máslem, těsto po lžicích na ni naléváme a po obou stranách upečeme hodně tenké omelety. Pečené potřeme dobrou tvarohovou nádivkou, zatočíme, v půli každou přeřízneme, načež je složíme do vymaštěného pekáče, zalijeme mlékem, ve kterém jsme umíchaly žloutek a 1 kostku cukru, a dáme je do trouby péci, až mléko se do nich zapeče. Poté je urovnáme na mísu a pocukrujeme. Příprava tvarohové nádivky viz Nádivky str. 273! Tyto omeletky můžeme též potírati žloutkovým krémem a podávati je studené.

Žloutkový krém (viz Skládaný koláč!).

Rozpočet pro 5 osob: *Těsto:* 15 *dkg* hladké mouky - citr. kůra - sůl - 1 vejce - ¼ *l* mléka - 4 *dkg* másla na pánev. — *Rozpočet nádivky:* 3 *dkg* másla - 6 *dkg* cukru - 2 žloutky - 30 *dkg* tvarohu - 1 hoř. mandle - vanilka - citronová kůra - ze 2 bílků sníh a 4 *dkg* hrozinek. *Na zalití* omelet ⅛ *l* mléka - 1 žloutek - 1 kostka cukru. — *Rozpočet na krém do omelet:* ¼ *l* sladké smetany - 6 *dkg* cukru - 3 žloutky - 1 lžíce rýžové moučky (neb bramborové) - 2 *cm* celé vanilky - 2 lístky želatíny. Krém připravíme právě tak jako na skládaný koláč, str. 324.

Plněná omeleta.

V hrnečku umícháme 3 vejce, přidáme lžičku mouky, dvě lžíce mléka, půl lžičky cukru, zrnko soli a vše řádně znovu umícháme (rozkloktáme). Ohřátou pánev vymažeme dobře rozpuštěným máslem, obsah hrnečku na ni nalijeme a dáme do trouby péci. Jakmile omeleta naběhne, obrátíme ji a opečeme na druhé straně. Poté ji potřeme meruňkovou nebo rybízovou zavařeninou, zatočíme, pocukrujeme cukrem s vanilkou a podáváme.

Kynuté omelety.

Do hrnce si připravíme hladkou a krupičkovou mouku, do ní dáme cukr, sůl, citronovou kůru, z droždí vykynutý kvásek a stále míchajíce přilijeme vlahé mléko, ve kterém jsme umíchaly celá vejce a rozpuštěné máslo. Těsto dobře vypracujeme a dáme na vlahé místo vykynouti. Potom z něho upečeme na ohřáté, máslem vymazané pánvi tenké omelety. Potřeme je zavařeninou, složíme do vymazaného pekáče, zalijeme mlékem a v troubě upečeme jako tvarohové palačinky. Pečené posypeme vanilkovým cukrem a podáváme. Tyto omelety mohou se plniti též tvarohovou nádivkou jako palačinky. Omelety podáváme též nezapečené, jen pocukrované.

Rozpočet pro 5 osob: ¼ *kg* mouky (hladké a krupičkové) - ½ *l* mléka - 1½ *dkg* droždí - sůl - citr. kůra - 5 *dkg* cukru - 1 vejce - 4 *dkg* másla dovnitř - 2 *dkg* másla na pekáč - ⅛ *l* mléka na zalití - 12 *dkg* zavařeniny - 2 *dkg* másla na pečení omeletek. — *Rozpočet* na tvarohovou nádivku viz Palačinky s tvarohem!

SMAŽENÉ MOUČNÍKY.

Sněhové koule. (Fritole).

Mléko s máslem přivedeme do varu, mírně osolíme, přisypeme krupičkovou mouku a na plotně mícháme tak dlouho, až se těsto ani

vařečky, ani kastrolku nechytá. Pak mimo plotnu stále míchajíce přidáváme vejce jedno po druhém, na špičku nože vanilky, citronové kůry a rum. Z vypracovaného těsta vykrajujeme lžící koule do vařícího sádla nebo převařeného másla a po obou stranách je usmažíme do růžova. Poté je urovnáme na mísu, pocukrujeme a podáváme k nim malinovou šťávu. Nebo je před podáváním polijeme vinnou pěnou. Též je můžeme hned teplé obaliti v strouhané čokoládě a podávati. Také můžeme těstem naplniti plechovou stříkačku, kterou těsto do tuku vystříkáme a usmažíme.

Jak máslo na smažení připravujeme viz str. 251.

Rozpočet pro 5 osob: ¼ *l* mléka - 10 *dkg* másla - 20 *dkg* krupičkové mouky - na špičku nože soli - 6 vajec - na špičku nože tlučené vanilky a citronové kůry - ¼ kávové lžičky rumu. *Na posypání smažených koulí 5 dkg cukru* - ⅛ *l* malinové šťávy - vinná pěna str. 259.

Křehké sněhové smažené velké koule.

Na vále do prosáté mouky uděláme důlek, přidáme citronovou kůru, tlučenou vanilku, žloutky, bílé víno, pak vše vypracujeme na volnější těsto nežli na nudle. Poté těsto nakrájíme na 5 dílů, každý rukou zakulatíme a válečkem vyválíme na kulatou placičku. Pak každou zoubkovaným kolečkem třikráte nakrojíme, ale nedokrojíme, složíme ji do sebe, vložíme do formy dírkované koule. Takto připravenou formu s těstem vložíme do hrnce s rozpáleným máslem, sádlem neb umělým tukem a usmažíme kouli do růžova. Pak ji vyndáme do vanilkového cukru a hodně ji cukrem obalíme. Takto pokračujeme, až máme všech 5 koulí usmažených.

Rozpočet pro 5 osob: 25 *dkg* mouky hladké i krupičkové - citr. kůra - tluč. vanilka - 5 žloutků - 2 lžíce bílého vína - 75 *dkg* sádla nebo ceresu aneb převařeného másla - 15 *dkg* vanilkového cukru.

Smažinky jablkové.

Do hrnce si připravíme krupičkovou mouku, sůl, citronovou kůru a cukr. Pak nalijeme mléko, ve kterém jsme umíchaly žloutky, bílé víno neb rum, a umícháme těsto jako na husté kapání. Pak přidáme zlehka z bílků tuhý sníh. Stejně velká jablka oloupáme, jaderníky z nich opatrně vykrojíme a nakrájíme jablka napříč na ¾ *cm* silná kolečka. Tyto pokapeme rumem, obalíme v kapání, vložíme je do rozpáleného másla a usmažíme je po obou stranách do červena. Ještě teplé smažinky posypeme cukrem s vanilkou a hned podáváme.

Rozpočet pro 5 osob: 12½ *dkg* mouky - sůl - citr. kůra - 2½ *dkg* cukru - 2 žloutky - $^{1}/_{16}$ *l* mléka - $^{1}/_{16}$ *l* vína neb rumu - 5 velkých jablek (60 *dkg*) - 2 lžíce rumu - ze 2 bílků sníh - 20 *dkg* převařeného másla neb sádla - 5 *dkg* vanilkového cukru.

Krupicové koláčky.

Z vařícího mléka, soli a krupice uvaříme si hustou kaši a dáme ji vychladnouti. Do studené přimícháme cukr, vanilku a žloutek. Pak

těsto na pomoučeném vále vyválíme, koblihovým kroužkem vykrájíme koláčky, obalíme je v rozšlehaných bílcích a ve strouhané housce, do každého koláčku uděláme obrácenou vařečkou důlek, načež je usmažíme v rozpáleném, převařeném másle nebo sádle na obou stranách do červena. Před podáváním naplníme důlky zavařeninou a posypeme je vanilkovým neb skořicovým cukrem.

Rozpočet pro 5 osob: ½ *l* mléka - zrnko soli - 16 *dkg* krupice - 2 *dkg* cukru - tluč. vanilka - 1 žloutek - 5 *dkg* mouky na vál - 2 bílky neb 1 vejce celé na obalení - 8 *dkg* strouh. housky - 10 *dkg* převařeného másla neb sádla - 6 *dkg* zavařeniny - 3 *dkg* vanilkového cukru.

Smažené housky.

Čerstvé housky (žemle) nakrájíme na plátky a lehce je navlhčíme mlékem. Poté dva a dva plátky spojíme zavařeninou, obalíme je ve vejci a strouhané housce. Potom housky usmažíme v čerstvém tuku nebo v tuku po koblihách a obalíme je ve vanilkovém cukru.

Rozpočet pro 5 osob: 5 housek (žemlí) - ¼ *l* mléka - 6 *dkg* zavařeniny - 1—2 vejce - 12 *dkg* strouhané housky - 12 *dkg* převařeného másla neb zbylý tuk - 5 *dkg* vanilkového cukru.

Smažené chumáče.

Z vajíčka a mouky si připravíme nudlové těsto, vyválíme je, usušíme a nakrájíme na jemné nudličky (jako do polévky). Zvlášť si připravíme krém. Dáme vařiti do kastrolu mléko, přidáme krupičkovou mouku a uvaříme si hustou kaši. Potom ji odstavíme, do horké zamícháme 2 tabulky strouhané (6 *dkg*) čokolády, cukr a dáme vychladnouti. Do studeného zamícháme žloutky a vanilku. — Z takto připraveného krému vykrájíme větší kousky, které obalíme v sušených nudlích, a hned dáme chumáče smažiti do rozpáleného převařeného másla. Smažené pocukrujeme a podáváme k nim vinnou pěnu (viz Dukátové buchtičky!). Místo v nudlích můžeme obaliti chumáče v loupaných, na nudličky nakrájených mandlích.

Rozpočet pro 5 osob: *Nudle:* 1 vejce - 8 *dkg* mouky.
Krém: $^1/_8$ *l* mléka - 5 *dkg* mouky - 2 tab. čokolády - 2 *dkg* cukru - 2 žloutky - vanilka - 20 *dkg* převařeného másla neb ceresu na smažení - 5 *dkg* cukru na posypání.

Boží milosti.

Dáme na vál prosátou mouku, sůl, cukr, citronovou nebo pomorančovou kůru. Do ní rozsekáme máslo, přidáme žloutek, bílé víno a tolik sladké smetany, aby těsto bylo měkčí nežli na obyčejné nudle, a pracujeme je tak dlouho, až se na něm dělají puchýřky. Poté těsto na stéblo silně vyválíme, nakrájíme na obdélníčky nebo trojúhelníčky, prostředkem každý po délce asi třikráte nařízneme zoubkovaným kolečkem a pak dáme do dobře rozpáleného másla neb sádla smažiti po obou stranách do růžova. Smažené posypeme hodně cukrem s vanilkou neb skořicí a podáváme k nim malinovou neb jahodovou šťávu.

Smažené růže připravujeme z téhož těsta jako na boží milosti, a to tak, že z vyváleného těsta vykrájíme formičkami čtvery hvězdičky různé velikosti, které klademe na sebe, aby největší byla vespod a aby lístky se pěkně střídaly. Každou hvězdičku uprostřed potřeme bílkem a hotovou růži stlačíme uprostřed držadlem vařečky omoučené v mouce, aby se tím lístky zvedly. Pak je usmažíme a do hotových doprostřed dáme kousek husté zavařeniny a posypeme je vanilkovým cukrem. Zavařeniny 5 *dkg*.

Rozpočet pro 5 osob: 25 *dkg* mouky - sůl - 5 *dkg* másla - 5 *dkg* cukru - 2 žloutky - 2 lžíce bílého vína - asi 5 lžic smetany - kousek strouhané citronové nebo pomerančové kůry - 25 *dkg* převařeného másla na smažení - 3 *dkg* vanilkového cukru na posypání.

LÍSTKOVÉ MÁSLOVÉ TĚSTO.

Máslové trubičky I.

Dobré české máslo ve studené vodě dobře propereme a pak je provalíme, aby v něm žádná voda nezůstala. Poté hladkou českou mouku prosijeme na vál, rozdělíme ji na tři díly. Do jednoho dílu mouky dáme utěrkou osušené máslo, rozsekáme a zpracujeme na plochý bochánek, poněkud jej rozválíme a dáme na talíř do studena neb na led ztuhnouti. Do dvou dílů zbývající mouky dáme zrnečko soli, žloutek, citronovou šťávu neb ocet a tolik vlahé vody, aby se nám udělalo těsto měkké jako na jablkový závin. Těsto na vále rukou pracujeme ¼ hodiny. Pak je necháme pod vlahým kastrůlkem 10 minut odpočívati. Odpočinuté těsto rozdělíme na 2 díly, každý vyválíme na menší čtverec a smetáčkem smeteme mouku. Máslový bochánek rovněž rozválíme na čtverec velikosti vyváleného těsta, položíme jej na čtverec těsta a druhým vyváleným těstem máslo dobře přikryjeme. Pak těsto válečkem rozklepeme, vyválíme vše na stéblo silně, mouku ometeme a těsto složíme po délce čtyřikráte, zabalíme do suché utěrky, pak do vlhké utěrky a dáme je do studena mezi dva talíře ztuhnouti na ½ hodiny. Pak těsto znovu vyválíme, složíme a uložíme na ½ hodiny do studena. Těsto složíme a vyválíme ještě jednou. Po čtvrté těsto vyválíme na ¼ *cm* silný obdélník a rozkrájíme je radýlkem (kolečkem) na pruhy 3 *cm* široké. Pruhy natáčíme na plechové trubičky studenou vodou opláchnuté a urovnáme je na plech rovněž studenou vodou opláchnutý. Na povrchu je potřeme opatrně žloutkem, aby se okraje neslepily, a upečeme je v prudké troubě do růžova. Z upečených, vychladlých trubiček vyndáme formičky a studené naplníme šlehanou smetanou neb sněhovým sladkým krémem a povrchu je hodně posypeme vanilkovým cukrem.

Rozpočet: 15 *dkg* másla - 15 *dkg* hladké pěkné mouky - 1 žloutek - sůl - 2 lžíce citronové šťávy, t. j. asi z ½ citronu, neb ocet - asi 3 lžíce vlahé vody - 1 žloutek na potření - 2 *dkg* vanilkového cukru na posypání - ¼ *l* šlehané smetany - 4 *dkg* cukru do smetany. — Na sněhový krém počítáme na 2 trubičky 1 bílek a 7 *dkg* tlučeného cukru.

Jiný způsob trubiček II.

Připravíme si dvojí těsto: máslové a moučné.

Máslové připravíme takto: 12½ *dkg* hladké mouky zpracujeme lehce s 25 *dkg* čerstvého, vodou vyplaveného másla na máslový bochníček a dáme do studena.

Moučné připravíme takto: ze 25 *dkg* hladké mouky, 2 žloutků, 1½ lžíce bílého vína, trochu soli a asi 3 lžic vody zpracujeme těsto, aby bylo tak tuhé jako na závin.

Moučné těsto vyválíme, máslové do něho zabalíme a překládáme třikrát vždy po ½ hodině. Po čtvrté rozválené těsto nakrájíme na 2 *cm* široké pruhy, natočíme je na plechové trubičky, potřeme žloutkem a upečeme je v prudké troubě. Studené naplníme smetanou neb krémem a pocukrujeme.

Nádivka: Do tuhého sněhu z bílku zašleháme po kapkách hustý, s vodou svařený horký cukr, načež přidáme lehce do ušlehaného 10 *dkg* moučkového cukru. Do papírového kornoutu, opatřeného hvězdičkovou trubičkou, vložíme krém a pečené máslové trubičky opatrně jím naplníme.

Rozpočet: 4 bílky - 10 *dkg* kusového cukru - $^{1}/_{16}$ *l* vody a 10 *dkg* moučkového cukru.

Máslové mošničky.

Z téhož těsta jako na trubičky děláme mošničky, a to tak, že vyválené těsto nakrájíme na obdélníčky, naplníme je ořechovou nádivkou, okraje potřeme vajíčkem a upravíme mošničky. Poté je složíme na plech studenou vodou opláchnutý, na povrchu je potřeme žloutkem a upečeme je v prudké troubě.

Nádivka: 3 žloutky, 11 *dkg* cukru, tlučenou vanilku, ze ¼ citronu kůru mícháme 15 minut. Pak přidáme 6 *dkg* strouhaných vlašských ořechů neb neloupaných strouhaných mandlí, 3 *dkg* syrové krupice neb piškotových drobečků a ze 3 bílků tuhý sníh.

Máslové tyčinky k čaji.

Máslové těsto I. způsob.

Na vál si připravíme hladkou mouku, málo soli. Pak přidáme kousek másla, rozsekáme je, načež přilijeme vodu, vejce, citronovou šťávu neb ocet, zpracujeme tužší těsto a propracujeme je tak, až se nám nelepí těsto na ruce ani na vál. Větší díl másla se propracuje, aby v něm žádná voda nebyla, a udělá se z másla čtverec. (Ve studenu necháme čtverec ztuhnouti.) Z hotového těsta vyválíme větší čtverec, doprostřed položíme máslový čtverec a těstem máslo zabalíme. Zabalené těsto vyválíme na delší obdélník a složíme je na 3 díly a přikryté těsto dáme do studena na ¼ hod. odpočinouti. Pak je opět vyválíme, složíme a dáme na ¼ hod. odpočinouti. To opakujeme ještě jednou. Po čtvrté těsto vyválíme a složíme na čtyři díly. Potom těsto vyválíme, nakrájíme tyčky, složíme je na plech vodou opláchnutý, potřeme je

vajíčkem, posypeme strouhaným parmezánským sýrem nebo kmínem se solí a upečeme je v horké troubě do růžova. Pečené podáváme k čaji. Z téhož těsta můžeme připraviti též máslové trubičky a pod. (Horké pečené sypeme vanilkovým cukrem a studené plníme šlehanou smetanou neb sněhovým krémem.)

Rozpočet pro 10 osob: 60 *dkg* hladké mouky - sůl - asi ¼ *l* vody - 1 vejce - 5 *g* soli - ze 2 citronů šťávy nebo tolik octa - 10½ *dkg* másla - 50 *dkg* másla na čtverec - 5 *dkg* mouky na vál - 4 *dkg* parmezánského sýra neb kmín a sůl.

Máslové rohlíčky k čaji.

Máslové těsto II. způsob.

Na vál neb mramorovou desku si připravíme hladkou mouku, do ní uděláme důlek, přilijeme studenou vodu, osolíme a těsto vypracujeme. Poté těsto odvážíme (na 40 *dkg* těsta se přidá 20 *dkg* másla). Odvážené máslo na vále neb mramorové desce propracujeme, dáme pak do utěrky a chvíli tlučeme na desce, aby v něm nezůstala žádná voda. Moučné těsto vyválíme na kulatou placku, doprostřed položíme máslo, se čtyř stran zabalíme, poněkud rozválíme a na ¼ hod. dáme odpočinouti. Potom těsto na pomoučené mramorové desce vyválíme na úzký obdélník (pěkně rovný) a složíme těsto do ⅓ a pak ještě tak, aby bylo 3krát na sobě. Potom vyválíme opět na obdélník, složíme a dáme odpočinouti na ¼ hod. To se ještě dvakráte opakuje. Pak těsto tence vyválíme, nakrájíme z něho trojúhelníčky a na každý dáme tenký plátek vařené libové šunky a upravíme stejné rohlíčky. Složíme je na plech vodou opláchnutý, povrchu je potřeme vajíčkem a v horké troubě je pečeme 10—12 minut. Vlažné rohlíčky upravené na míse podáváme k čaji. Z téhož těsta můžeme připraviti tyčky s parmezánem neb solí a kmínem. Těsto vyválené můžeme též nakrájeti na obdélníčky, na každý položiti kousek uzenky (párku) a zatočiti na váleček. Hotové válečky potřeme vajíčkem a upečeme je v horké troubě na plechu vodou opláchnutém jako rohlíčky. Právě tak na nakrájené obdélníčky pokládáme datli zbavenou pecky (místo pecky dáme spařenou loup. mandli), zabalíme je, těsto pomažeme vajíčkem a v horké troubě upečeme. Datlové pečené závitky sypeme vanilkovým cukrem. Také obdélníčky plníme ořechovou nádivkou, pomažeme vejcem, sypeme loup. mandlemi a pečené pocukrujeme.

Rozpočet pro 5 osob: 25 *dkg* hl. mouky - ⅛ *l* vody - ½ káv. lžičky soli. (Na 40 *dkg* těsta - 20 *dkg* másla.) — *Náplň:* 15 *dkg* šunky - 1 vejce. - Nebo 10 *dkg* uzenek aneb 15 *dkg* datlí.

Máslové paštičky.

Připravíme si z uvedeného rozpočtu máslové těsto jako na máslové trubičky I. Čtyřikráte složené, vždy po ½ hod. odpočinuté těsto vyválíme na ¼ *cm* silně, malým koblihovým kroužkem vykrájíme z něho koláčky, polovinu jich vložíme na čistý plech vodou spláchnutý, povrchu je lehce potřeme umíchaným žloutkem, načež druhou polovinu koláčků vykrájíme ještě jednou malým kroužkem, čímž vzniknou věnečky, položíme je na potřené celé koláčky, povrchu je rovněž lehce

potřeme žloutkem, malé výkrojky také složíme na plech, potřeme žloutkem a paštičky upečeme v prudké troubě do růžova. Když prochladnou, naplníme je uprostřed brusinkami, přiklopíme výkrojkem a zdobíme jimi na míse upravenou zvěřinu.

Poznámka: Z tohoto těsta můžeme též vykrájeti půlměsíčky, upéci je a obkládati jimi salmy z holubů neb koroptví.

Rozpočet: 15 *dkg* dobrého másla (ne drobivé) - 15 *dkg* hladké mouky - 1 žloutek - málo soli - z ½ citr. šťáva - asi 3 lžíce vlahé vody - 1 žloutek na potření.

Jablíčka v županu.

Máslové těsto jako na máslové trubičky I. vyválíme asi na 3 *mm* silně, kolečkem nakrájíme čtverečky, na ně naklademe udušená, zavařeninou naplněná jablka, cípky těsta navrchu spojíme rozčtvrcenou mandlí, povrchu těsto potřeme žloutkem, posypeme sekanými mandlemi a na povlhčeném plechu je upečeme zvolna v horké troubě. Horké župánky hodně pocukrujeme vanilkovým cukrem.

Příprava jablíček: prostředně velká jablka oloupáme a jaderník opatrně vykrojíme, aby jablka zůstala celá. V kastrolu povaříme 3 minuty cukr s vodou, do něhož vložíme jablka, nepříliš do měkka je udusíme, načež je dáme vychladnouti. Poté naplníme otvor po jadernících hustou rybízovou neb malinovou zavařeninou.

Rozpočet těsta viz trubičky I. Na 5 prostředně velkých neb 10 maličkých jablek - 4 *dkg* cukru - ⅛ *l* vody - 6 *dkg* zavařeniny - 5 *dkg* mandlí (počítáno i na posypání) - 3 *dkg* vanilkového cukru - 1 žloutek na potření.

Máslové řezy se žloutkovým krémem.

Máslové těsto (viz předpis I.) vyválíme na 4 *mm* silný obdélník, z něho vykrájíme asi 10 *cm* široké pruhy, dáme je na plech studenou vodou opláchnutý, polííme je povrchu žloutkem a v prudké troubě upečeme do růžova. Polovinu upečených, studených pruhů potřeme žloutkovým krémem neb sněhovým krémem, druhou polovinu pruhů rozkrájíme na řezy, položíme na krém a řezy dokrájíme, načež je povrchu posypeme vanilkovým cukrem.

Žloutkový krém do řezů. Do ¼ *l mléka* neb smetany zamícháme 2 *dkg rýžové mouky*, hrneček postavíme do nádoby s horkou vodou a mléko s moukou vaříme tak dlouho, dokud nezhoustne. Potom hrneček vyndáme, a když krém vychladl, zamícháme do něho 4 žloutky, 10 *dkg vanilkového cukru* a krém znovu postavíme do horké vody na plotnu a mícháme jím opět, až zhoustne. Pak přidáme 1 *dkg* želatiny rozpuštěné ve 2 lžících vody, dáme jej úplně vychladnouti, načež do něho zamícháme 2 *lžíce dobrého rumu*. Do hotového krému můžeme lehce zamíchati ⅛ *l* ušlehané smetany. Sněhový krém připravujeme jako do trubiček.

Tvarohové máslové koláčky.

Do prosáté mouky přidáme prolisovaný tvaroh, málo soli, máslo, dobře je rozsekáme a ze všeho připravíme těsto, které rozválíme, čtyřikráte přeložíme jako máslové těsto a dáme odpočinouti do studena.

Po čtvrté vyválíme těsto na stéblo silně, vypichujeme formičkami tvary, pomažeme je vajíčkem a upečeme v horké troubě na suchém plechu. Upečené slepujeme zavařeninou a sypeme vanilkovým cukrem. Taktéž můžeme z těsta nakrájeti čtverečky, naplniti je zavařeninou, upraviti koláčky, potříti žloutkem a upéci v horké troubě a pak pocukrovati.

Rozpočet: 12 *dkg* krupičkové mouky - 12 *dkg* prolisovaného strouhaného tvarohu - 12 *dkg* másla - sůl - 10 *dkg* zavařeniny - 1 žloutek na potření - 2 *dkg* vanilkového cukru.

NÁKYPY.

Krupicový nákyp I.

Cukr, žloutky, citronovou kůru i šťávu třeme v míse ½ hodiny. Pak přidáváme strouhané ořechy, na nudle nakrájená jablka a syrovou krupici současně se sněhem z bílků. Nákypovou formu vymažeme syrovým máslem, vysypeme moukou, těsto do ní rozetřeme a nákyp pečeme zvolna asi ½ hodiny. Studený vyklopený nákyp ozdobíme kávovým krémem.

Krém: 10 *dkg* kusového cukru, $^1/_{16}$ *l* černé kávy uvaříme do husta (až se táhne). Mezitím si ušleháme ze 4 bílků tuhý sníh, do něho zašleháme 6 *dkg* strouhaného neb utlučeného cukru a pak do něho zvolna nalijeme po kapkách stále šlehajíce vařený cukr s kávou. Krém nakupíme a rozetřeme na nákyp.

Rozpočet pro 5 osob: *Na nákypové těsto:* 20 *dkg* cukru - 5 žloutků - kůra a šťáva z 1 citronu - 5 *dkg* strouhaných vlašských ořechů - 10 *dkg* krupice - 2 prostředně velká jablka - z 5 bílků sníh - 1½ *dkg* másla na vymazání - 1½ *dkg* mouky na vysypání.

Krupicový nákyp II.

Do utřených žloutků s cukrem (15 minut tříti) přidáme citronovou šťávu i kůru a zároveň se sněhem krupici. Lehce promíchané těsto rozetřeme do máslem vymazané, moukou vysypané formy a v prostředně vytopené troubě pečeme nákyp ½—¾ hod. do světlerůžova. Upečený horký nákyp polijeme procezeným svařeným vínem s cukrem a celou skořicí a dáme ještě na 10 minut do trouby. Pak jej pocukrujeme a podáváme.

Rozpočet pro 5 osob: 14 *dkg* cukru - 4 žloutky - z 1 citr. kůra i šťáva - 14 *dkg* krupice - ze 4 bílků sníh - 1½ *dkg* másla na vymazání a 1½ *dkg* mouky na vysypání - ¼ *l* červeného vína - kousek celé skořice - 11 *dkg* cukru.

Krupicový nákyp III.

Tlučený prosátý cukr, žloutky, citronovou kůru i šťávu třeme v míse 20 minut. Pak přidáme zlehka z bílků tuhý sníh, strouhané oříšky a krupici. Těsto lehce promícháme, vložíme do vymazané, vysypané formy a pečeme ½ hod. v prostředně horké troubě. Upečený

nákyp pocukrujeme a podáváme k němu malinovou šťávu, kompot nebo vinnou pěnu.

Rozpočet pro 5 osob: 14 *dkg* tluč. cukru - 6 žloutků - z ½ citr. šťáva i kůra - 8 *dkg* oříšků - 14 *dkg* krupice - ze 6 bílků sníh - 1½ *dkg* másla - 1½ *dkg* mouky - 2 *dkg* vanilkového cukru.

Citronový nákyp.

Kostkový cukr otřeme na čistém, vodou opláchnutém citronu, aby se do něho šťáva nasákla. Pak jej utlučeme, prosijeme, dáme do mísy, přidáme k němu žloutky a třeme v míse 20 minut. Pak přidáme do utřeného těsta citronovou šťávu, z bílků sníh a krupičkovou mouku. Nákypovou formu vymažeme máslem, vysypeme moukou, těsto do ní rozetřeme a nákyp pečeme 30 minut. Potom nákyp pocukrujeme a podáváme k němu malinovou šťávu.

Rozpočet: 18 *dkg* cukru - 1 celý citron - 8 žloutků - z 8 bílků sníh - 8 *dkg* mouky - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky - ¼ *l* malinové šťávy.

Solnohradský nákyp.

Z vařícího mléka, másla a mouky si připravíme na plotně pálené těsto (viz Sněhové koule str. 296!) a dáme je vychladnouti. Do úplně studeného přimícháme vejce, jedno po druhém a dobře umícháme. Poté vykrájíme kávovou lžicí nočky, které vkládáme do vařícího, málo osoleného mléka a necháme je v něm povařiti 4 minuty. Mléko, ve kterém se nočky vařily, necháme ještě chvíli na plotně povařiti, načež je dáme vychladnouti. Zatím si v porcelánové míse umícháme do pěny máslo, přidáme cukr, žloutky a citronovou kůru. Vše znovu umícháme, poté přidáme povařené, ale úplně studené mléko, vařené noky a z bílků tuhý sníh. Ohnivzdornou, porcelánovou nákypovou formu vymažeme dobře máslem, vysypeme moukou, těsto do ní rozetřeme a nákyp pečeme v mírnější troubě asi 1 hodinu. Upečený pocukrujeme a teplý podáváme.

Rozpočet: *Na nočky:* ⅛ *l* mléka - 4 *dkg* másla - 18 *dkg* mouky - 3 vejce - 1 *l* mléka - málo soli. — *Na tření:* 9 *dkg* másla - 9 *dkg* cukru - 5 žloutků - citr. kůru - z 5 bílků tuhý sníh - 1½ *dkg* másla na formu - 1½ *dkg* mouky - 2 *dkg* vanilkového cukru.

Bramborový nákyp.

Vyprané brambory uvaříme ve slupce do měkka, oloupané prolisujeme a dáme vychladnouti. V míse umícháme jemný cukr se žloutky a citronovou kůrou (15 minut). Do utřeného těstíčka přikapeme citronovou šťávu, přidáme připravené brambory, loupané mandle a tuhý sníh z bílků. Ohnivzdornou nebo formu z ohnivzdorného skla vymažeme čerstvým máslem, vysypeme moukou, těstem naplníme a nákyp v přiměřeně vytopené troubě upečeme do růžova. Pocukrovaný podáváme.

Rozpočet pro 5 osob: 60 *dkg* čistých prolisovaných brambor - 30 *dkg* cukru - 5 žloutků - 5 *dkg* mandlí - z ½ citronu kůra i šťáva - z 5 bílků sníh - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky.

Tvarohový nákyp.

Do utřeného másla zamícháme cukr, žloutky a citronovou kůru a znovu třeme 15 min. Pak přidáváme stále míchajíce strouhaný tvaroh, rozsekané, přebrané hrozinky, oloupané strouhané mandle neb oříšky a naposled z bílků tuhý sníh. Těsto rozetřeme do máslem vymazané, houskou vysypané nákypové formy a nákyp pečeme velmi zvolna ¾ hodiny. Upečený pocukrujeme vanilkovým cukrem. K němu podáváme ovocnou šťávu.

Rozpočet: 10 *dkg* másla - 10 *dkg* cukru - 6 žloutků - z ¼ citronu kůru - 10 *dkg* tvarohu - 10 *dkg* mandlí neb oříšků - 10 *dkg* hrozinek - ze 6 bílků sníh - 1½ *dkg* másla - 2 *dkg* strouhané housky - 2 *dkg* vanilkového cukru na posypání - ¼ *l* ovocné šťávy (jahodové neb malinové).

Moravský nákyp.

Prosátý cukr a žloutky třeme v míse ¼ hod. Pak přimícháme naloženou, jemně nakrájenou, pomorančovou kůru neb citronádu, sekané vlašské ořechy neb oříšky, strouhané, neloupané mandle, strouhanou čokoládu, tuhý sníh z bílků a mouku. Lehce promíchané těsto rozetřeme do máslem vymazané, moukou vysypané formy a zvolna upečeme. Pečený, vychladlý nákyp potřeme sladkým sněhem a posypeme sekanými vlašskými ořechy nebo jej potřeme a ozdobíme slazenou šlehanou smetanou.

Sladký sníh (krém) viz úpravu jablkovce str. 285!

Rozpočet: 20 *dkg* cukru - 7 žloutků - 6 *dkg* naložené pomoranč. kůry nebo citronády - 10 *dkg* vlašských ořechů - 10 *dkg* mandlí - 6 *dkg* čokolády - z 8 bílků sníh - 2 *dkg* mouky - 1½ *dkg* másla a 1½ *dkg* mouky na vymaz. a vysyp. - 2 *dkg* vanilk. cukru. — *Krém:* ze 4 bílků sníh a 21 *dkg* cukru - 2 *dkg* vlašských ořechů neb ¼ *l* šlehané smetany - 3 *dkg* cukru do ní.

Chlebový nákyp.

Do utřeného másla přidáme cukr, žloutky, hřebíček, citronovou kůru a vše třeme 15 minut. Pak přidáme vínem navlhčený strouhaný chléb, z bílků tuhý sníh současně se strouhanými neloupanými mandlemi. Těsto rozetřeme do máslem vymazané a strouhaným chlebem vysypané nákypové formy a nákyp pečeme ½ hod. v mírné troubě. Pečený pocukrujeme a podáváme k němu malinovou šťávu.

Rozpočet: 14 *dkg* másla - 14 *dkg* cukru - 4 žloutky - z půl citr. kůru - 2 utluč. hřebíčky - ⅛ *l* sladkého červeného vína - 14 *dkg* strouh. chleba - 14 *dkg* mandlí - ze 4 bílků sníh - 2 *dkg* másla na vymazání - 2 *dkg* chleba na vysypání - ⅛ *l* malinové šťávy - 2 *dkg* vanilkového cukru.

Jablíčkový nákyp.

Tlučený, prosátý cukr, žloutky, tlučenou vanilku a strouhanou citronovou kůru třeme v míse 30 minut. Pak přidáme tuhý sníh z bílků současně s prosátou krupičkovou moukou, oloupanými, na tenké lístky nakrájenými jablky, na nudličky nakrájenými, oloupanými mandlemi a hrozinkami. Lehce promíchané těsto rozetřeme do máslem vymaza-

né, moukou vysypané nákypové neb dortové formy a 1 hod. pečeme nákyp v mírně vytopené troubě. Pečený vyklopíme, pocukrujeme a podáváme. Též k němu můžeme podávati vinnou pěnu (šodó).

Rozpočet: 20 *dkg* cukru - 6 žloutků - citr. kůru - vanilku - 16 *dkg* mouky - ze 6 bílků sníh - 5 *dkg* hrozinek - 4 *dkg* mandlí neb oříšků - 50 *dkg* jablek - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky - 2 *dkg* vanilkového cukru.

Mandlový nákyp s vinnou pěnou I.

Do umíchaného másla přidáme střídavě žloutky, cukr, utlučenou vanilku a dobře umícháme. Pak přidáme rum, neloupané strouhané mandle současně se sněhem z bílků. Těsto rozetřeme do máslem vymazané a moukou vysypané formy a pečeme je ¾ hod. v prostředně prohřáté troubě. Upečený nákyp pocukrujeme a podáváme k němu vinnou pěnu.

Vinná pěna: ¼ *l* bílého vína, 12 *dkg* cukru, 4 žloutky, 1 vejce, 2 *cm* vanilky v kotlíku dobře ušleháme, načež postavíme kotlík do kastrolu s vařící vodou, stále šleháme a jakmile pěna vystupuje, hned se odstaví a podává.

Rozpočet: 14 *dkg* másla - 14 *dkg* cukru - 6 žloutků - vanilka - 2 lžíce rumu - 14 *dkg* mandlí - ze 6 bílků sníh - 1 *dkg* másla - 1 *dkg* mouky na vysypání - 2 *dkg* vanilkového cukru.

Mandlový nákyp II.

Tlučený prosátý cukr, žloutky, vanilku a jemně sekané mandle třeme v míse ½ hod. Pak přidáme z bílků tuhý sníh, bílou housku a těsto nalijeme do máslem vymazané a moukou vysypané formy a pečeme ¾ hod. v prostředně prohřáté troubě. Upečený, prochladlý nákyp pocukrujeme a podáváme k němu vinnou pěnu, do které jsme zamíchaly oloupané ustrouhané mandle.

Rozpočet: 14 *dkg* cukru - 8 žloutků - vanilka - 14 *dkg* sekaných neloup. mandlí a z 8 bílků sníh - 5 *dkg* bílé strouh. housky - 1 *dkg* másla - 1 *dkg* mouky na formu.

Rozpočet na vinnou pěnu: ¼ *l* bílého vína - 12 *dkg* cukru - 4 žloutky - 1 vejce - 2 *cm* vanilky - 4 *dkg* mandlí.

Punčový nákyp.

Prosátý cukr, žloutky, citronovou kůru i šťávu, tlučenou vanilku a bílý punč třeme v míse, až vše zhoustne (20 minut). Pak přidáme zlehka z bílků tuhý sníh současně s prosátou krupičkovou moukou. Nákypovou formu vymažeme máslem, vysypeme moukou, těsto do ní rozetřeme a nákyp pečeme ¾ hod. Upečený nákyp před podáváním nakrájíme a polijeme punčovým krémem.

Krém: ⅛ *l* sladké smetany, 4 *dkg* cukru, 3 žloutky, 1 *dkg* rýžové mouky, zrnečko soli a tlučenou vanilku dobře v kotlíku ušleháme, načež postavíme kotlík do kastrolu s vařící vodou a krémem na plotně tak dlouho šleháme, až trochu zahoustne. Pak zase jím šleháme do vychladnutí. Do studeného zamícháme 2 lžíce punče.

Rozpočet: 6 žloutků - 10 *dkg* cukru - citronová kůra - tlučená vanilka - kávová lžička bílého punče - ze ¼ citronu šťáva - 10 *dkg* mouky - ze 6 bílků sníh - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky.

Oříškový nákyp.

Ustrouhané lískové oříšky rozdělíme na 2 díly. V míse utřeme do husta cukr, žloutky, citronovou kůru a 1 díl oříšků. Do utřeného přidáme tuhý sníh z bílků, současně s druhým dílem oříšků a přidáme 1 lžíci mouky. Těsto lehce promícháme a upravíme do máslem vymazané, houskou vysypané formy a nákyp zvolna pečeme ½—¾ hod. Před podáváním nakrájíme jej na řezy, které polijeme oříškovým krémem.

Krém: ⅛ *l* sladké smetany, 3 žloutky, 4 *dkg* cukru, ½ kávové lžičky krupič. mouky a kousek vanilky šleháme na plotně v kotlíku, ponořeném ve vařící vodě tak dlouho, až krém zhoustne. Do hustého krému zamícháme 2 *dkg* čajového másla, zrnko soli a 3 *dkg* opražených, oloupaných a ustrouhaných oříšků.

Rozpočet: 16 *dkg* oříšků - 8 *dkg* cukru - 6 žloutků - ze ¼ citr. kůra - z 6 bílků sníh - 2 *dkg* mouky - 1½ *dkg* másla a 3 *dkg* housky na vymazání a vysypání formy

Ovocný nákyp.

(Tak zvaný diplomatický nákyp.)

Cukr, žloutky, citronovou kůru a vanilku třeme v míse 20 minut. Do utřeného těsta přidáme z bílků tuhý sníh současně s moukou, rozpuštěným, vychladlým a procezeným máslem, které přidáváme po kapkách. Nákypovou formu vymažeme máslem, vysypeme moukou, polovinu těsta do ní rozetřeme a dáme trochu zapéci do trouby. Pak položíme na těsto různé zavařené ovoce, přidáme druhou polovinu těsta, dobře rozetřeme a nákyp upečeme. Před podáváním nákyp nakrájíme a polijeme ovocnou šťávou nebo maraschinovým krémem.

Maraschinový krém: ⅛ *l* sladké smetany, 4 žloutky, 1/16 *l* maraschinového likéru, 3½ *dkg* cukru, v kotlíku dobře ušleháme a ve vařící vodě za stálého šlehání necháme zahoustnouti. Pak nákyp polijeme. (Likér viz Ježečky!)

Rozpočet: 12½ *dkg* cukru - 6 žloutků - citr. kůru - tluč. vanilku - ze 6 bílků sníh - 12½ *dkg* krupičkové mouky - 5 *dkg* másla - 2 zavařené meruňky - 2 zavař. hrušky - 20 zavař. višní - 1 lžíce rybízu - 6 zavař. zahradních jahod - 2 *dkg* másla - 1 *dkg* mouky na formu - ⅛ *l* šťávy z ovoce.

Rýžový nákyp.

Spařenou rýži uvaříme do měkka v mléce, do kterého jsme přidaly trochu cukru a soli. Měkkou rýži dáme vychladnouti. Zatím si v míse umícháme do pěny máslo, přidáme cukr, žloutky, citr. kůru, vanilku a mícháme 15 minut. Poté zamícháme vychladlou rýži, z bílků tuhý sníh a oříšky. Formu vymažeme syrovým máslem, vysypeme houskou, polovinu upravené rýže do ní rozetřeme, na ni položíme oloupaná, v celku udušená jablíčka, naplněná zavařeninou (viz Úpravu jablíček v županu, strana 302). Pak rozetřeme na ně druhou polovinu

rýže. Nákyp dáme do trouby a zvolna pečeme ¾ hodiny. Upečený pocukrujeme a podáváme, neb jej ozdobíme sladkým sněhem (viz Jablkovec, str. 285), posypeme sekanými mandlemi a dáme na 3 minuty do trouby zapéci.

Rozpočet: ¾ *l* mléka - 2 *dkg* cukru - sůl - 15 *dkg* rýže - 7 *dkg* másla - 10 *dkg* cukru - 4 žloutky - citr. kůru - vanilku - 2 *dkg* loupaných oříšků neb mandlí - ze 4 bílků sníh - 50 *dkg* jablek - ¼ *l* vody - 5 *dkg* cukru na udušení - 10 *dkg* rybízové neb malinové zavařeniny do jablek - 2 *dkg* másla a 3 *dkg* strouh. housky na formu. — *Krém* ze 3 bílků - 21 *dkg* cukru - 1 *dkg* mandlí na posypání neb jen 2 *dkg* vanilkového cukru na posypání

Houskový nákyp.

Ustrouhané housky uvaříme v mléce na hustou kaši. Do vychladlé kaše zamícháme hořkou strouhanou mandli, žloutky, citr. kůru, cukr a z bílků tuhý sníh. Těsto rozetřeme do máslem vymazané a houskou vysypané formy a nákyp pečeme asi ½ hod. Podáváme jej pocukrovaný neb s ovocnou šťávou.

Rozpočet: 2 housky (8 *dkg* žemle) - ⅛ *l* mléka - hořká mandle - 4 žloutky - citr. kůru - 5 *dkg* cukru - ze 4 bílků sníh - 1 *dkg* másla - 2 *dkg* strouhané housky - 2 *dkg* vanilkového cukru

Třešňový nákyp.

Do dobře utřeného másla zamícháme cukr, žloutky, vanilku a citron. kůru. Poté přidáme z bílků tuhý sníh a mouku. Formu vymažeme máslem, vysypeme houskou, třešně nebo višně do ní urovnáme, těsto na ně nalijeme a nákyp upečeme v mírnější troubě. Upečený pocukrujeme.

Rozpočet: 7 *dkg* másla - 10 *dkg* cukru - tluč. vanilka - citr. kůru - 4 žloutky - 12 *dkg* krupičkové mouky - ze 4 bílků sníh - 1 *dkg* másla - 2 *dkg* housky na vymaz. a vysypání - ¼ *kg* višní neb černých třešní aneb amarelek.

Nudlový nákyp.

V mléce uvaříme nudle do husta. V míse si zatím umícháme máslo, cukr, žloutky, načež přidáme vychladlé nudle, z bílků sníh a hrozinky (tyto se mohou vynechati). Nákyp pečeme ½ hodiny v máslem vymazané a houskou vysypané formě.

Rozpočet: ⅛ *l* mléka - 7 *dkg* nudlí - 3 *dkg* másla - 3 *dkg* cukru - 4 žloutky - z 5 bílků sníh a 3 *dkg* hrozinek - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* strouhané housky.

Nákyp z páleného těsta.

V kastrolu smícháme krupičkovou mouku s mlékem, přistavíme na plotnu a mícháme dále, až se těsto nechytá dna. Pak kastrol odstavíme a do prochladlého těsta přimícháme máslo, cukr, žloutky, citr. kůru, tlučenou vanilku a z bílků tuhý sníh. Nákypovou formu vymažeme máslem, vysypeme moukou, vyložíme loupanými, udušenými celými jablky, zavařeninou naplněnými (viz Jablka v županu str. 302),

těsto přes ně nalijeme stejnoměrně a nákyp pečeme ¾ hodiny. Pečený posypeme cukrem a hned podáváme.

Rozpočet: ⅛ *l* mléka - 8 *dkg* mouky - 8 *dkg* másla - 8 *dkg* cukru - 4 žloutky - citr. kůru - tluč. vanilku - ze 4 bílků sníh - 5 jablek - 10 *dkg* zavařeniny - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky - 2 *dkg* vanilkového cukru.

Smetanový nákyp.

Sladkou smetanu, žloutky, lžíci mouky a vanilku šleháme v hrnku metlou. Pak postavíme hrnek do vařící vody a na plotně šleháme, až krém zhoustne. Pak dáme vychladnouti. V míse umícháme cukr a žloutky do husta, pak přidáme vychladlý vařený krém a z bílků sníh. Formu vymažeme máslem, vysypeme moukou, těsto do ní rozetřeme a nákyp pečeme ½—¾ hod. Studený ozdobíme šlehanou smetanou.

Rozpočet: *Na krém:* ¼ *l* sladké smetany - 3 žloutky - 1 lžíce mouky - vanilka. — *Na tření:* 5 žloutků - 10 *dkg* cukru - z 5 bílků sníh - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky - ¼ *l* šlehané smetany - 3 *dkg* cukru do smetany.

Čokoládový nákyp. I.

Do utřeného másla přidáváme střídavě cukr a žloutky a umícháme do zhoustnutí. Pak přidáme strouhanou čokoládu, citr. kůru a zároveň se sněhem lehce zamícháme krupičkovou mouku a strouhanou housku. Těstem naplníme máslem vymazanou a houskou vysypanou formu a nákyp upečeme v mírné troubě do růžova. Upečený pocukrujeme nebo k němu podáváme ovocnou pěnu.

Ovocná pěna. Opraná neloupaná jablka upečeme na ocelové pánvi v troubě do měkka. Horká prolisujeme žíněným sítem do mísy, přidáme k nim cukr, citronovou šťávu a bílky a třeme ¾ hod. Poté dáme pěnu k ledu a studenou podáváme k nákypu.

Rozpočet: 5 *dkg* másla - 12 *dkg* cukru - 6 žloutků - 5 *dkg* čokolády - ze 6 bílků sníh - 5½ *dkg* mouky - 3½ *dkg* strouhané housky - 2 *dkg* másla a 2 *dkg* housky na formu. — *Rozpočet na pěnu:* 6 kyselých jablek - 18 *dkg* cukru - ze ¼ citronu šťávu - 2 bílky.

Čokoládový nákyp. II.

V míse si umícháme do pěny máslo, načež přidáme cukr, žloutky, vanilku, citr. kůru a třeme 20 minut. Pak přidáváme strouhanou čokoládu, strouhané neloupané mandle neb oříšky současně se sněhem z bílků. Těsto rozetřeme do máslem vymazané a moukou vysypané nákypové formy a zvolna nákyp pečeme asi ¾ hodiny. Pak jej dáme na mísu a úplně studený ozdobíme šlehanou smetanou. Také můžeme nákyp ozdobiti sladkým sněhem s rumem a dáti jej ještě na několik minut zapéci.

Rozpočet pro 5 osob: *Malá forma:* 7 *dkg* másla - 7 *dkg* cukru - vanilku - citr. kůru - 4 žloutky - 7 *dkg* čokolády - 7 *dkg* oříšků neb mandlí - ze 4 bílků tuhý sníh - 2 *dkg* másla a 1 *dkg* mouky na formu - ¼ *l* šlehané smetany a 3 *dkg* cukru do ní na ozdobu - nebo ze 4 bílků sníh a 28 *dkg* cukru - 1 lžíce rumu.

Ořechový nákyp se šlehanou smetanou.

Prosátý tlučený cukr, žloutky, vanilku a citronovou kůru třeme v míse 20 minut. Pak přidáváme po kapkách bílý punč, strouhané vlašské ořechy, z bílků sníh, piškotové drobečky a krupičkovou mouku. Lehce promícháme těsto, rozetřeme do máslem vymazané a houskou vysypané nákypové formy a upečeme v mírnější troubě do růžova. Prochladlý nákyp opatrně z formy vyndáme a úplně studený ozdobíme ušlehanou slazenou smetanou.

Rozpočet pro 5 osob: 12 *dkg* cukru - 4 žloutky - ze ¼ citr. kůru - vanilku - 1 ½ lžíce bílého punče - 6 *dkg* vlašských ořechů - 3 *dkg* piškotových drobečků - ze 4 bílků sníh - 2 *dkg* krupičkové mouky - 1 *dkg* másla - 2 *dkg* strouhané housky na formu - ⅛ *l* šlehané smetany - 2 *dkg* cukru.

Mrkvový nákyp.

Očištěnou mrkev uvaříme, ustrouháme neb prolisujeme. V míse dobře utřeme máslo, cukr, žloutky, citronovou kůru. Do utřeného těstíčka zamícháme mrkev, hrozinky, tlučenou skořici, strouhanou bílou žemli mlékem navlhčenou a tuhý sníh z bílků. Promíchanou směs upravíme do máslem vymazané, jemnou strouhanou žemlí vysypané nákypové formy a v mírně vytopené troubě nákyp pečeme 1 hodinu. Upečený, ještě horký posypeme cukrem, anebo studený nákyp ozdobíme šlehanou smetanou a podáváme.

Rozpočet pro 5 osob: 6 velkých mrkví - 5 *dkg* másla - 3 lžíce cukru - 3 žloutky - 3 *dkg* hrozinek - ¼ kávové lžičky skořice - ze ¼ citronu kůra - 30 *dkg* žemle - ¼ *l* mléka - 3 bílky na sníh - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* žemle na formu - ¼ *l* šlehané smetany - 3 *dkg* cukru.

Studený nákyp s rumem.

Tlučený cukr, žloutky, citronovou ustrouhanou kůru, vanilku třeme v míse 15—20 minut. Poté přidáme zlehka tuhý sníh současně s krupičkovou moukou. Lehce promíchané těsto rozetřeme 2½ *cm* vysoko na čerstvým máslem potřený a moukou posypaný plech a upečeme rychle v horké troubě do růžova. Pečené studené těsto nakrájíme na stejné menší kostky a rozdělíme je na tři díly. Jeden díl kostek lehce vložíme do větší skleněné hluboké mísy a polijeme žloutkovým krémem s rumem a ještě libovolně postříkáme malinovou neb rybízovou zavařeninou a opět dáme kostky a zase krém, zavařeninu a třetí díl kostek. Takto upravený nákyp necháme ve studenu neb na ledě asi 4 hod. Potom celý nákyp ozdobíme ušlehanou smetanou a podáváme.

Úprava krému: Sladkou smetanu, moučkový cukr, žloutky, rýžovou neb kukuřičnou bílou moučku, tlučenou vanilku dobře v kotlíku ušleháme, načež postavíme kotlík do kastrolu s vařící vodou a krémem na plotně tak dlouho šleháme, až trochu zahoustne. Poté jej stále šlehajíce necháme vychladnouti. Do studeného krému zamícháme velmi dobrý rum neb bílý punč. Nákyp bez smetany připravíme den před podáváním.

Rozpočet pro 5 osob: 14 *dkg* tluč. cukru - 8 žloutků - ½ citr. kůry - ½ *cm* utluč. vanilky - 8 bílků na sníh - 15 *dkg* krupič. mouky - 1½ *dkg* másla - 1½ *dkg* mouky na plech - 15 *dkg* malinové neb rybízové zavařeniny. *Krém:* ¼ *l* smetany - 8 *dkg* cukru - ½ *dkg* rýžové neb kukuřičné moučky - 5 žloutků - 1 *cm* tluč. vanilky - ⅛ *l* rumu neb bílého punče - ½ *l* šlehané smetany - 3 *dkg* pudr. cukru do ní.

Soufflé au chocolat.

I. způsob.

V mléce rozpustíme čokoládu a umícháme ji na mírném ohni. V míse ušleháme 10 *dkg* tlučeného cukru se žloutky a piškotovými drobečky. Pak stále šlehajíce přidáme rozpuštěnou čokoládu s mlékem. Z bílků, 2½ *dkg* cukru a maloučko soli ušleháme sníh a lehce jej vmícháme do ušlehaného těsta. Pánev neb formu na nákyp vymažeme syrovým máslem, směs do ní nalijeme a ve velmi mírně vytopené troubě necháme nákyp (soufflé) 15—20 minut, aby náležitě vykynul. Pocukrovaný ihned podáváme.

Rozpočet pro 3—5 osob: 12½ *dkg* čokolády - 12½ *dkg* tlučeného cukru - 3 *dkg* mléka - 1 *g* soli - 3 žloutky - 2 *dkg* piškotových drobečků - 6 bílků na sníh - 1 *dkg* másla na formu.

Omeletes soufflés au chocolat.

II. způsob.

Suchý, neslazený suchar (biscuit) rozstrouháme a smícháme dobře se žloutky a cukrem, až vznikne jemná hmota na omeletky. Poté do ní lehce přidáme tlučenou vanilku a tuhý sníh z bílků. Z těsta upečeme na máslem vymazané a moukou vysypané pánvi stejné kulaté omeletky. Upečené teplé zatočíme, posypeme každou strouhanou čokoládou a klademe je křížem vrstevnatě na sebe do vymaštěné pánve. Pak je necháme ve vlažné troubě 15—20 minut, aby se zvedly (mírným teplem) a podáváme.

Rozpočet pro 5 osob: 8 *dkg* biscuitu (neslazený suchar) - 6 žloutků - 12½ *dkg* tlučeného cukru - 1 *cm* tlučené vanilky - 6 bílků na sníh - 4 malé tabulky čokolády - 3—4 *dkg* másla na pánev.

Soufflés (moučník pro děti).

Do kotlíku na sníh nalijeme žloutky, přidáme mouku, tlučený cukr, teplé mléko, a stále šlehajíce přidáme tlučenou vanilku. Kotlík postavíme do kastrolu s vařící vodou a za stálého šlehání necháme krém zahoustnouti. Z bílku si ušleháme tuhý sníh, přidáme do něho tlučený cukr a sladký sníh lehce zamícháme do prohřátého krému. Ohnivzdorné porculánové malé nádobky vymažeme máslem, vysypeme moukou, těstem naplníme a upečeme je v mírně vytopené troubě do růžova. Upečené ozdobíme ovocem, urovnáme na mísu ubrouskem vyloženou a pocukrované podáváme.

Rozpočet pro 5 osob: 4 žloutky - 4 *dkg* krupičkové mouky - 10 *dkg* tluč. cukru - 3 *cm* vanilky - ¼ *l* mléka - ze 4 bílků sníh - 5 *dkg* cukru do něho - 3 *dkg* másla - 3 *dkg* mouky na formičky - 10 *dkg* višní nebo jiného zavařeného ovoce

PUDINGY.

Kapucínský puding.

Do utřeného másla s cukrem přidáme žloutky, jeden po druhém a dobře umícháme. Poté přidáme kakao s cukrem, opět chvíli třeme a pak přilijeme rum. Zároveň se sněhem smícháme lehce na nudličky rozkrájený citronád, strouhané ořechy a housku. Vše dáme do máslem vymazané a houskou vysypané formy a naplníme ji do $^2/_3$—$^3/_4$, uzavřeme a dáme vařit do hrnce s vařící vodou. Nádoba musí pevně státi. Puding vaříme asi 1 hod. Uvařený vyklopíme a polijeme vařeným červeným vínem, ve kterém se povařil cukr, citr. kůra, celá skořice a hřebíček. Nákyp můžeme též podávati s vinnou pěnou.

Rozpočet: 7 *dkg* másla - 15 *dkg* cukru - 8 žloutků - 4 *dkg* kakaa a 6 *dkg* cukru - z 8 bílků sníh - 8 *dkg* citronády - 8 *dkg* strouhaných vlašských ořechů - 8 *dkg* strouhané housky neb piškotových drobečků - 1 lžíce rumu - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* housky na formu. — *Na zalití:* ¼ *l* červ. vína - 10 *dkg* cukru - celou skořici (3 *cm*) - citronovou kůru a 2 hřebíčky.

Kávový puding.

Umletou kávu nasypeme do ⅜ *l* vařící vody a hned ji odstavíme (vařiti se nesmí). Po chvíli ji procedíme hustým sítem na strouhanou housku, kterou necháme dobře navlhčiti. Zatím si v míse umícháme máslo, přidáme cukr, žloutky jeden po druhém a vanilku. Poté přidáme kávou navlhčenou housku, z bílků tuhý sníh, neloupané ustrouhané mandle a suchou strouhanou housku. Formu na puding vymažeme syrovým máslem, vysypeme strouhanou houskou, těsto do ní nalijeme, aby sahalo do $^2/_3$ formy, uzavřeme poklicí a dáme ji do většího hrnce s vařící vodou. Puding vaříme v páře 1 hodinu. (Vody v hrnci musí býti asi do ¼ formy, aby forma pevně stála.) Potom puding opatrně vyklopíme a podáváme k němu kávový krém, nebo jej studený ozdobíme šlehanou slazenou smetanou.

Krém kávový: 15 *dkg* cukru a 3 lžíce černé kávy uvaříme na nitku, která se netrhá. Ze 3 bílků si ušleháme tuhý sníh, do kterého stále šlehajíce přikapáváme vařený horký cukr. Zdobíme-li puding smetanou, je zapotřebí ¼ *l* šlehané smetany a 2 *dkg* cukru.

Rozpočet: ⅜ *l* vody - 4 *dkg* nejlepší pražené kávy - 8 *dkg* strouhané housky - 8 *dkg* másla - 15 *dkg* cukru - 6 žloutků - vanilku - ze 6 bílků sníh - 8 *dkg* strouh. neloupaných mandlí neb oříšků - 1 *dkg* strouhané suché housky - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* strouhané housky na formu.

Hořící puding.

Do dobře umíchaného másla přimícháme cukr, žloutky, jeden po druhém, citr. kůru, sekanou, v cukru naloženou pomerančovou kůru a mícháme ½ hodiny. Pak přidáme loupané, strouhané mandle, z bílků tuhý sníh a loupané, hrubě sekané mandle. Pudingovou formu vymažeme máslem, vysypeme loupanými, sekanými mandlemi neb oříšky, těsto do ní nalijeme a puding vaříme v páře 1 hodinu. Před po-

dáváním puding vyklopíme na mísu, polijeme jej arakem neb rumem, zapálíme a hořící neseme na stůl.

Rozpočet: 14 *dkg* másla - 14 *dkg* cukru - 6 žloutků - z ½ citr. kůra - 14 *dkg* loupaných strouhaných mandlí - 3 *dkg* sekané pomerančové kůry - ze 6 bílků sníh - 3 *dkg* loupaných sekaných mandlí - 2 *dkg* másla na formu - 2 *dkg* mandlí na formu - ⅒ litru araku nebo rumu.

Meruňkový puding.

Z čerstvého másla a mouky si upražíme bleděžlutou jíšku. Pak zalijeme jíšku mlékem, povaříme, načež ji mícháme do vychladnutí tak dlouho, až vznikne hustá kaše. Do studené kaše zamícháme tlučený cukr, kypřící prášek a žloutky. Zvlášť si umícháme meruňkovou zavařeninu s cukrem a po částech ji přimícháme k ostatnímu. Naposled přidáme lehce tuhý sníh z bílků. Nákypovou formu neb ohnivzdorný kastrůlek vymažeme čerstvým máslem, vysypeme ostrouhanou žemlí a připravenou hmotu do ní upravíme. Větší kastrol naplníme asi 2 *cm* vysoko vařící vodou, formu s pudingem do něho vložíme a pečeme (v troubě) v páře 1 hodinu. Pečený pocukrujeme a podáváme k němu zředěnou meruňkovou zavařeninu.

Rozpočet pro 5 osob: 3½ *dkg* másla - 6 *dkg* mouky - ⅓ *l* mléka - 4½ *dkg* cukru - kávová lžička kypřícího prášku do pečiva - 3 žloutky - 3 bílky na sníh - 3½ *dkg* meruňkové zavařeniny - 6 *dkg* cukru do ní - 1½ *dkg* másla - 1½ *dkg* strouh. žemle na formu - 5 *dkg* meruňkové zavařeniny na polití.

Ananasový puding.

Tlučený prosátý cukr, žloutky a vanilku třeme v míse 20 minut. Poté přidáme stále míchajíce ananasovou šťávu, loupané strouhané mandle a drobně usekaný ananas. Naposled přidáme tuhý sníh z bílků a strouhanou housku bez kůrky. Pudingovou formu vymažeme syrovým máslem, vysypeme bílou strouhanou houskou, těsto do ní stejnoměrně rozetřeme a puding vaříme v páře 1 hodinu. Prochladlý puding vyklopíme a úplně studený ozdobíme šlehanou smetanou a nakrájeným ananasem.

Rozpočet: 15 *dkg* cukru - 6 žloutků - vanilka - 8 *dkg* mandlí - 1 lžíce ananasové šťávy (ananas se sítem prolisuje) - 4 *dkg* sekaného ananasu - ze 6 bílků sníh - 4 *dkg* oloupané ustrouhané housky - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* housky na formu - ¼ *l* šlehané smetany - 2 *dkg* cukru - 5 *dkg* ananasu na ozdobu.

Banánový puding.

Pěkné žluté banány oloupáme a prolisujeme. V míse umícháme celá vajíčka s cukrem 25 minut, pak přidáme prolisované banány, strouhané prosáté chlebové kůrky neb piškotové drobečky, očištěné, usekané hrozinky, citronovou šťávu i kůru.

Pudingovou formu vymažeme syrovým máslem, vysypeme moukou, hmotu do ní nalijeme, formu uzavřeme a puding vaříme ve vodě (v páře) zvolna 1½ hodiny. (Vaření pudingu viz Kávový puding, str. 312.) Uvařený vyklopíme a podáváme k němu rybízovou neb i jinou ovocnou šťávu. (Puding podáváme teplý.)

Rozpočet pro 5 osob: *Malá forma:* 6 banánů (80 *dkg*) - 2 vejce - 12 *dkg* cukru - 15 *dkg* chlebových kůrek neb piškotových drobečků - 6 *dkg* hrozinek - z 1 citronu šťávu i kůru - 2 *dkg* másla a 2 *dkg* krupičkové mouky na formu - ¼ *l* ovocné šťávy.

Citronový puding.

Do hrnce nalijeme mléko, přisypeme krupičkovou mouku a dobře ji umícháme. Potom postavíme hrnec na plotnu a obsahem tak dlouho mícháme, až těsto přiměřeně zahoustne, načež je dáme vychladnouti. Poté přidáme žloutky jeden po druhém, tlučený cukr, z celého citronu strouhanou kůru a těsto mícháme 15 minut. Naposled přidáme lehce z 8 bílků tuhý sníh. Pudingovou formu vymažeme syrovým máslem, vysypeme moukou, těsto do ní nalijeme, formu uzavřeme a puding vaříme v páře ¾ hod. Uvařený opatrně vyklopíme, pocukrujeme a podáváme k němu malinovou šťávu.

Rozpočet pro 5 osob: ¼ *l* mléka - 16 *dkg* krupičkové mouky - 8 žloutků - 14 *dkg* tlučeného cukru - z 1 citronu kůra - z 8 bílků sníh - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky na formu a ¼ *l* malinové šťávy.

Griliášový puding.

Bílou ustrouhanou housku polijeme mlékem a necháme chvíli navlhčiti. V mise zatím mícháme máslo, prosátý cukr, žloutky, vanilku tak dlouho, až zhoustne. Pak přidáme citronovou kůru i šťávu, utlučený griliáš, mlékem navlhčenou housku a naposled z bílků sníh a ustrouhanou housku. Pudingovou formu vymažeme máslem, vysypeme houskou, těsto do ní nalijeme a puding vaříme v páře 1 hod. Vyklopený puding úplně studený ozdobíme šlehanou slazenou smetanou.

Příprava griliáše: Na ocelovou pánev nasypeme 10 *dkg* tlučeného cukru a na plotně jej necháme bez vody zežloutnouti. Pak do něho nasypeme 5 *dkg* opražených, hrubě usekaných oříšků neb loupaných mandlí a dobře vše zamícháme. Takto připravený griliáš nalijeme na máslem pomazanou pánev neb plech a griliáš necháme ve studenu. Potom jej utlučeme v hmoždíři a prosátý upotřebíme do těsta.

Rozpočet pro 5 osob: 7 *dkg* bílé housky - $^{1}/_{16}$ *l* mléka - 7 *dkg* másla - 12 *dkg* cukru - vanilka - 7 žloutků - z ½ citronu šťáva i kůra - *griliáš* z 5 *dkg* oříšků a 10 *dkg* cukru - 5 *dkg* strouhané bílé housky - ze 7 bílků sníh - 2 *dkg* másla a 2 *dkg* housky na formu - ¼ *l* šlehané smetany - 3 *dkg* cukru.

Karamelový puding.

Kostkový cukr lehce navlhčíme vodou, dáme jej na kastrol (hliníkový neb ocelový) a upražíme jej do hněda. Potom cukr zalijeme horkou vodou a nalijeme do pudingové formy a dáme vychladnouti. Zvlášť povaříme v mléce cukr s vanilkou. V jiném hrnci dobře utlučeme celá vejce a za stálého šlehání přilijeme do nich pomalu vařící mléko s vanilkovým cukrem a na plotně vše dobře prohřejeme. Ušlehaný krém nalijeme do pudingové formy na upálený cukr, formu uzavřeme a dáme vše do kastrolu s vařící vodou do trouby na ½ až ¾

hod. Poté dáme puding vychladnouti. Úplně studený vyklopíme i s omáčkou, která vznikne z karamelu a ozdobíme jej ušlehanou slazenou smetanou. K pudingu podáváme oplatky.

Rozpočet pro 5 osob: 16 kostek cukru - 1 lžíci vody na upražení - ¼ *l* vody na zalití - ½ *l* svařeného mléka - 4 kostky cukru - 2 *cm* tluč. vanilky - 4 celá vejce - ¼ *l* šlehané smetany - 3 *dkg* pudrového cukru do ní.

Vánoční puding.

Bílou strouhanou housku navlhčíme mlékem. Zatím si v míse umícháme do pěny máslo, přidáme cukr, žloutky, vanilku, citr. kůru a třeme 25 minut. Do utřeného přidáme mlékem navlhčenou housku, pomorančovou kůru, sušené malaga hrozny, datle, fíky, vše drobně rozkrájené a naposled tuhý sníh z bílků a loupané strouhané mandle. Pudingovou formu vymažeme syrovým máslem, vysypeme strouhanou houskou, těsto do ní nalijeme a puding vaříme v páře 1 hod. Pak puding vyklopíme a podáváme k němu malinovou šťávu neb vinnou pěnu.

Rozpočet: 9 *dkg* housky - $^{1}/_{16}$ *l* mléka - 8 *dkg* másla - 6 *dkg* cukru - 4 žloutky - vanilka - citr. kůra - 4 *dkg* naložené pomeranč. kůry - 4 *dkg* sušeného malagového vína - 4 *dkg* datlí - 4 *dkg* fíků - ze 4 bílků sníh - 6 *dkg* strouhaných loupaných mandlí - 2 *dkg* másla a 2 *dkg* strouhané housky na formu - ⅛ *l* malinové šťávy.

Krupicový puding.

Do vařícího mléka nasypeme krupici, uvaříme kaši a dáme ji vychladnouti. V míse si umícháme do pěny máslo, přidáme cukr, žloutky, citr. kůru a znovu dobře umícháme. Pak do toho zamícháme vařenou krupici a naposled zlehka tuhý sníh. Pudingovou formu vymažeme syrovým máslem a vysypeme strouhanou houskou. Polovinu těsta do ní nalijeme, načež do druhé poloviny těsta zamícháme kakao a teprve přidáme do formy. Formu uzavřeme a puding vaříme v páře ¾ hod. Uvařený puding opatrně vyklopíme a podáváme k němu malinovou šťávu neb i jinou ovocnou šťávu.

Rozpočet: 10 *dkg* krupice - ⅓ *l* mléka - 8 *dkg* másla - 10 *dkg* cukru - 4 žloutky - citr. kůra - tuhý sníh ze 4 bílků - 1 *dkg* kakaa - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* housky na formu - ⅛ *l* malinové šťávy.

Rýžový puding.

Přebranou, spařenou rýži uvaříme v mléce do měkka, načež ji dáme vychladnouti. V míse si umícháme máslo, přidáme cukr, žloutky a znovu umícháme, načež přimícháme vychladlou rýži, drobně usekanou, v cukru naloženou pomerančovou kůru a tuhý sníh z bílků. Do poloviny těsta dáme kakao neb strouhanou čokoládu jako při krupicovém pudingu a také tak jej upravíme do máslem vymazané, houskou vysypané formy a v páře jej uvaříme ¾ hodiny. Vyklopený puding uprostřed ozdobíme zavařenými meruňkami a šťávou z nich jej polijeme.

Rozpočet: 10 *dkg* rýže - ⅓ *l* mléka - 5 *dkg* másla - 8 *dkg* cukru - 4 žloutky - 2 *dkg* nalož. pomerančové kůry - ze 4 bílků tuhý sníh - 1 *dkg* kakaa nebo 3 *dkg* strouhané čokolády - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* housky na formu - ¼ *l* láhev zavařených meruněk.

Studený americký rýžový puding.

Z mléka a rýže uvaříme si kaši. Pak přidáme máslo, cukr a tlučenou vanilku. Želatinu namočíme do ⅛ *l* studené vody a zředíme ji ⅛ *l* horké vody (¼ *l* vody dohromady). Potom želatinu zamícháme do kaše a když vše úplně vychladne, přidáme lehce ušlehanou smetanu nebo z bílků tuhý sníh. Formu na studené krémy neb pudingy vypláchneme vodou, rýžovou hmotou naplníme a dáme k ledu. Vyklopený puding podáváme s malinovou šťávou nebo se zahradními jahodami.

Rozpočet pro 5 osob: 1 *l* mléka - 20—25 *dkg* rýže - 1 *dkg* másla - zrnko soli - 10 *dkg* cukru - 2 *dkg* želatiny - ⅛ *l* studené vody - ⅛ *l* horké vody - ¼ *l* šlehané smetany - vanilka - ½ *l* malinové šťávy neb ½ *kg* jahod. — Místo smetany ze 4 bílků sníh.

Kaštanový puding.

Kaštany oloupáme, spaříme horkou vodou, znovu oloupáme a v mléce uvaříme do měkka. Pak je prolisujeme sítem a necháme vychladnouti. V míse mícháme tlučený, prosátý cukr, žloutky a vanilku tak dlouho, až zhoustne, pak přimícháme prolisované kaštany, meruňkovou zavařeninu, strouhanou bílou housku neb piškotové drobečky a z bílků tuhý sníh. Pudingovou formu vymažeme máslem, vysypeme jemně strouhanou bílou houskou neb moukou, těsto do ní nalijeme a puding vaříme 1 hod. v páře. Vyklopený úplně studený ozdobíme šlehanou smetanou neb kaštanovým krémem.

Kaštanový krém: 23 *dkg* syrových kaštanů oloupáme, spaříme a uvaříme do měkka v ⅛ *l* mléka, načež je prolisujeme, pak na ně nalijeme ⅛ litru sladké smetany a na plotně stále míchajíce necháme zahoustnouti. Pak přimícháme do vařených kaštanů 3 *dkg* meruňkové zavařeniny a 2 *dkg* moučkového cukru a vše dáme vychladnouti. Do studeného krému zamícháme lehce ⅛ *l* ušlehané smetany.

Rozpočet: 18 *dkg* syrových kaštanů - ¼ *l* mléka - 10 *dkg* cukru - 4 žloutky - vanilka - 4 *dkg* meruňkové zavařeniny - 3½ *dkg* bílé housky neb drobečků a sníh ze 3 bílků - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* housky na formu - ⅛ *l* šlehané smetany - 1 *dkg* cukru.

Houskový puding.

Prosátý cukr a žloutky třeme 15—20 minut. Pak přidáme strouhanou citronovou kůru, hrubě nakrájené, neloupané mandle, z bílků tuhý sníh a strouhanou housku. Puding nalijeme do formy máslem vymazané a houskou vysypané a vaříme jej v páře ¾ hod. Podáváme k němu takto připravenou pěnu: ¼ *l* bílého vína, 2 celá vejce, 10 kostek utlučeného cukru, kávovou lžičku mouky, dobře ušleháme a pak šleháme vše na plotně ve vařící vodě tak dlouho, až zhoustne.

Rozpočet: 10 *dkg* cukru - 4 žloutky - ze ¼ citronu kůra - 2 *dkg* krájených mandlí - 12 *dkg* strouh. housky - ze 4 bílků sníh - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* housky na formu.

Ořechový puding.

Do umíchaného másla přidáme cukr, žloutky a vanilku a vše dobře umícháme. Poté přidáme zlehka z bílků tuhý sníh, strouhané vlašské ořechy a strouhanou bílou housku neb piškotové drobečky. Puding uvaříme v páře jako předešlý. Podáváme k němu takto připravený krém: $^1/_8$ *l* bílého vína, 2 žloutky, 3 kostky tlučeného cukru a vanilku kverláme na plotně ve vařící vodě tak dlouho, až zhoustne. Poté si ušleháme hodně tuhý sníh ze 4 bílků, do kterého zlehka zašleháme 8 *dkg* tluč. prosátého cukru a pak do něho vlijeme pomalu vinný krém.

Rozpočet na těsto: 4 *dkg* másla - 10 *dkg* cukru - 4 žloutky - vanilka - 10 *dkg* strouh. ořechů - 5 *dkg* strouh. bílé housky neb piškotových drobečků a ze 4 bílků sníh - 2 *dkg* másla a 2 *dkg* mouky na formu.

Pomerančový puding.

Do dobře umíchaného másla přidáme cukr a žloutky a třeme 20 minut. Poté přimícháme pomerančovou šťávu i kůru, z bílků tuhý sníh a krupičkovou mouku. Polovinu těsta nalijeme do máslem vymazané, moukou vysypané pudingové formy, poklademe oloupaným, na kolečka nakrájeným, všech jader zbaveným pomerančem, načež přidáme druhý díl těsta, formu uzavřeme a puding vaříme v páře ¾ hodiny. K vyklopenému pudingu podáváme krém jako na puding ořechový.

Rozpočet: 3½ *dkg* másla - 10 *dkg* cukru - 6 žloutků - z 1 pomeranče kůra i šťáva - ze 6 bílků sníh - 10 *dkg* krupič. mouky a 1 pomeranč na nakrájení - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky.

Žlutý puding.

Do umíchaného másla přidáme žloutky, cukr a třeme tak dlouho, až zhoustne. Pak přidáme lžíci citronové šťávy, strouhanou citronovou kůru, tuhý sníh z bílků a prosátou mouku. Těsto nalijeme do máslem vymazané a moukou vysypané pudingové formy a vaříme v páře ¾ hod. Podáváme k němu ovocnou šťávu.

Rozpočet: 6 *dkg* másla - 7 *dkg* cukru - 4 žloutky - 1 lžíce citr. šťávy - z ½ citr. kůra - ze 4 bílků sníh a 12 *dkg* mouky - 2 *dkg* másla a 2 *dkg* mouky na formu - ⅛ *l* ovocné šťávy.

Chlebový puding.

Do umíchaného másla zamícháme žloutky a cukr a třeme 15 minut. Pak přidáme citr. kůru, tlučené hřebíčky, bílým vínem navlhčený strouhaný chléb, z bílků tuhý sníh a strouhané lískové oříšky. Pudingovou formu vymažeme máslem, vysypeme strouhaným chlebem, těsto do ní nalijeme a puding vaříme v páře ¾ hodiny. Uvařený vy-

klopíme a polijeme takto připravenou šťávou: ve ¼ *l* vody uvaříme na slabou nit 14 *dkg* kostkového cukru, otřeného o citron, a z půl citronu šťávu. Do povařeného prochladlého cukru přidáme lžíci rumu a puding polijeme.

Rozpočet: 6 *dkg* másla - 5 žloutků - 10 *dkg* cukru - 2 hřebíčky (kusů) - 14 *dkg* strouh. chleba - 3 *dkg* lískových oříšků - ³/₁₀ *l* bílého vína - ze ¼ citr. kůru - z 5 bílků tuhý sníh. — Na formu 2 *dkg* másla - 2 *dkg* chleba.

Tvarohový puding.

Máslo, cukr, žloutky a citr. kůru třeme tak dlouho, až zhoustnou. Poté přidáme strouhaný tvaroh, z bílků velmi tuhý sníh, strouhané loupané oříšky a očištěné hrozinky. Puding vaříme v máslem vymazané a houskou vysypané pudingové formě ¾ hod. Vařený polijeme malinovou šťávou a podáváme.

Rozpočet: 5 *dkg* másla - 8 *dkg* cukru - 4 žloutky - ze ¼ citronu kůra - ze 4 bílků sníh - 5 *dkg* oříšků - 14 *dkg* strouh. tvarohu - 3 *dkg* hrozinek - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* strouhané housky na formu - ⅛ *l* malinové šťávy.

Čokoládový puding.

Máslo, tluč. cukr, žloutky a tluč. vanilku třeme ½ hodiny. Pak přidáme strouhanou čokoládu, strouhané vlašské ořechy neb mandle, z bílků tuhý sníh současně se strouhanou houskou neb piškotovými drobečky. Těsto nalijeme do ¾ máslem vymazané, moukou vysypané pudingové formy, uzavřeme ji a vaříme v páře ¾ hodiny. Vyklopený teplý puding podáváme se sladkým sněhem neb studený se slazenou šlehanou smetanou.

Rozpočet: 5 *dkg* másla - 5 žloutků - 10 *dkg* cukru - vanilka - 8 *dkg* strouhané čokolády - 6 *dkg* ořechů (jader) - z 5 bílků sníh - 5 *dkg* strouh. housky neb piškotových drobečků - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky na formu.

Rozpočet II. *tentýž postup:* 7 *dkg* másla - 4 žloutky - 7 *dkg* cukru - 7 *dkg* čokolády - ze 4 bílků sníh - 3 *dkg* housky neb drobečků - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky na formu.

Sněhový puding.

Do tuhého sněhu z bílků lehce zamícháme tlučený prosátý cukr, neloupané strouhané mandle a tlučenou vanilku. Pudingovou formu vymažeme syrovým máslem, vysypeme krupičkovou moukou, těsto do ni upravíme a v páře vaříme ½ hodiny. Vařený puding vyklopíme a podáváme k němu malinovou šťávu.

Rozpočet pro 5 osob: 4 bílky - 10 *dkg* mandlí - 7 *dkg* tlučeného cukru - 2 *cm* tlučené vanilky - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* krupičkové mouky - ⅛ *l* malinové šťávy.

Třešňový puding.

Umícháme do pěny máslo, přidáme cukr, žloutky, vanilku, skořici, citr. kůru, hřebíček a znovu umícháme. Pak přidáváme strouhané, neloupané oříšky neb mandle, hořkou mandli, z bílků sníh,



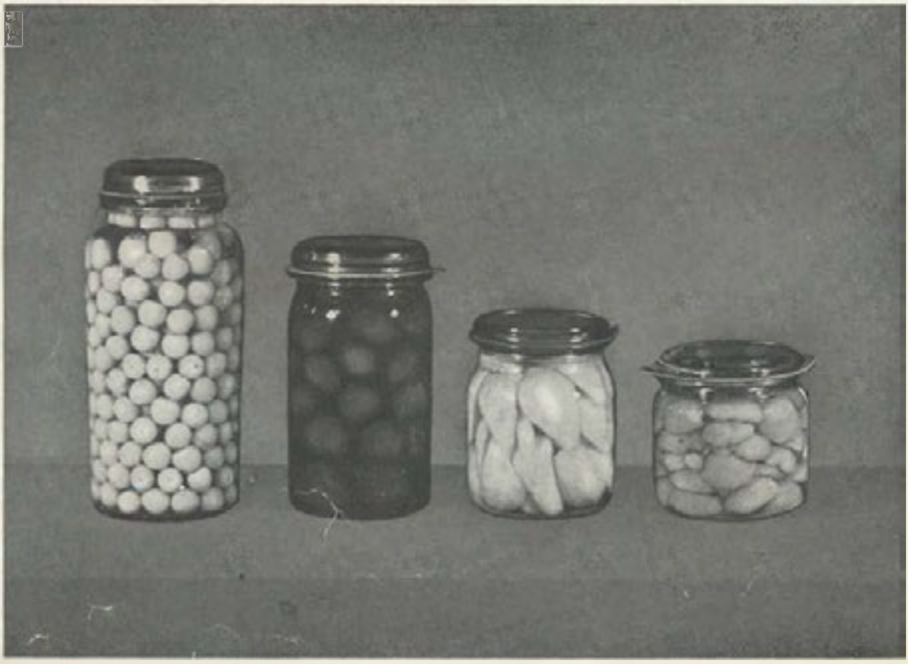
Přístroj na zmrzlinu.



Příbor na zmrzlinu.



Různé formy: na studený krém, puding, meloun, věnce, ryby a paštiky.



Ovoce zavařené v patentních lahvích Invald.

strouhanou housku neb piškotové drobečky a buď čerstvé neb zavařené třešně neb višně. Těsto vložíme do máslem vymazané a houskou vysypané formy a puding vaříme v páře 1 hodinu. Uvařený vyklopený puding posypeme cukrem a kolem něho upravíme zavařené višně neb třešně.

Rozpočet: 7 *dkg* másla - 7 *dkg* cukru - 4 žloutky - vanilka - malý kousek utluč. skořice - 2 hřebíčky - z ¼ citr. kůru - 7 *dkg* oříšků neb mandlí - 1 hořkou mandli - ze 4 bílků tuhý sníh - 7 *dkg* strouh. housky neb piškotových drobečků - malý plný talířek třešní neb višní do těsta - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* housky na formu - 2 *dkg* vanilkového cukru na posypání.

Oříškový puding.

Do utřeného másla přimícháme cukr, žloutky a vanilku a mícháme tak dlouho, až zhoustne. Pak přidáme strouhanou čokoládu, sekané oříšky neb ořechy, sekanou pomorančovou kůru v cukru naloženou a naposled z bílků tuhý sníh, strouhané neloupané mandle a strouhanou housku. Formu vymažeme máslem, vysypeme moukou a puding vaříme v páře 1 hod. Podáváme k němu vinnou pěnu.

Rozpočet: 10 *dkg* másla - 12 *dkg* cukru - 6 žloutků - vanilka - 1 tab. čokolády - 10 *dkg* oříšků neb ořechů - 2 *dkg* pomorančové nalož. kůry - 5 *dkg* mandlí - ze 6 bílků sníh - 6 *dkg* strouh. housky neb piškotových drobečků - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky.

Mrkvový puding.

Očištěnou mrkev vypereme, rozstrouháme a smícháme s jemně ustrouhanou žemlí. V míse si dobře umícháme máslo, přisypeme jemný cukr, strouhanou pomorančovou i citronovou kůru, citronovou šťávu a přidáme žloutky. Těsto třeme 15 minut. Pak stále míchajíce přikapeme sladkou smetanu, přidáme připravenou mrkev s houskou a naposled lehce vmícháme do těsta tuhý sníh z bílků. Pudingovou formu vymažeme máslem, vysypeme moukou, těstem naplníme do ²/₃, formu uzavřeme a v páře vaříme ¾ hod. Vařený opatrně vyklopíme, pocukrujeme a podáváme. Tento puding můžeme též upéci v páře jako puding meruňkový, viz str. 313.

Rozpočet pro 5 osob: 40 *dkg* mrkve - 30 *dkg* strouh. žemle - 12 *dkg* másla - 12 *dkg* cukru - ze ¼ pomoranče a citronu kůra - z ½ citronu šťáva - 6 žloutků - ze 6 bílků sníh - ½ *l* sladké smetany - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky - 2 *dkg* cukru na posypání.

JEMNÉ KOLÁČE.

Koláč rybízový neb meruňkový s agarem.

Do umíchaného másla přidáme cukr, celá vejce, vanilku, citr. kůru a třeme v míse ½ hodiny. Poté zamícháme do těsta hladkou mouku, do které jsme prosály ½ balíčku prášku do těsta a těsto dobře zamícháme. Potom je upravíme do suché dortové formy a dáme péci

do mírnější trouby. Upečeme těsto, opatrně vyndáme z formy a kolem koláče položíme rámeček, připravený z mandlí, cukru a bílku, načež úplně studený koláč uprostřed potřeme slabě zavařeninou, posypeme buď čerstvým neb zavařeným rybízem, neb jahodami, meruňkami, nakrájenými pomoranči, zalijeme agarem a koláč necháme ve studenu ztuhnouti.

Rozpočet: 13 *dkg* másla - 13 *dkg* cukru - 2 vejce - vanilka: - citr .kůra - ½ balíčku kypřícího prášku do pečiva - 25 *dkg* hladké mouky - 5 *dkg* rybízové zavařeniny - 50 *dkg* rybízu neb 75 *dkg* meruněk neb 2 oloupané, na kolečka nakrájené pomoranče.

Příprava agaru: Na 2 *dkg* opraného agaru nalijeme ¼ *l* studené vody a necháme přes noc, pak přidáme do toho 15 *dkg* cukru, z půl citronu šťávu a rozvaříme vše na plotně na velmi mírném ohni. Rozvařený agar procedíme a obarvíme červeným bretonem a vlahým polijeme koláč.

Mandlový rámeček: 10 *dkg* loupaných, jemně ustrouhaných mandlí smícháme s ½ bílkem a v hmoždíři dobře utlučeme. Pak mandle dáme na vál, přidáme do nich 10 *dkg* prosátého, jemného moučkového cukru a vypracujeme těsto, načež uděláme váleček, který vkusně nožem ozdobíme a položíme kolem koláče.

Agar jest mořská řasa, která obsahuje rosolovité látky. Suší se na horkých kovových deskách a přichází do obchodu v lehkých tyčinkách, podobných silné duši z husího brku, neb ve způsobu destiček 20 až 30 *cm* dlouhých, tenkých, nestejně širokých. Agaru se používá k jemným rosolům v cukrářství. Koupíme jej u materialistů.

Rybízový koláč II.

Do umíchaného másla dobře zamícháme cukr, žloutky, citr. kůru, vanilku (asi 20 minut). Pak přidáme střídavě se sněhem z bílků prosátou krupičkovou mouku. Dortovou formu neb plech vymažeme syrovým máslem, vysypeme moukou, těsto na ni stejnoměrně rozetřeme a v mírné troubě koláč upečeme do růžova. Upečený koláč poklademe čerstvým neb zavařeným rybízem, povrch potřeme cukrovým sněhem a koláč dáme ještě na 4 minuty do trouby. Prochladlý nakrájíme. Také se může koláč místo sněhem ozdobiti šlehanou smetanou (ale studený).

Cukrový sníh: 20 *dkg* cukru, ⅛ *l* studené vody svaříme na nitku, která se netrhá. Ze 4 bílků ušleháme si tuhý sníh, do kterého nalijeme po kapkách, stále šlehajíce, horký vařený cukr.

Rozpočet: 20 *dkg* másla - 4 žloutky - 20 *dkg* cukru - citr. kůra - vanilka - ze 4 bílků sníh - 25 *dkg* krupičkové mouky - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky - 50 *dkg* rybízu.

Oříškový koláč s mřížkami.

Do prosáté, hladké mouky přidáme prosátý cukr, citronovou kůru, loupané strouhané mandle a vanilku. Pak přidáme máslo, dobře je velkým nožem rozsekáme, načež přimícháme žloutek a vypracujeme dobře a lehce těsto, které dáme do studena ztuhnouti. Poté těsto vyválíme, válečkem přeneseme na máslem vymazaný a moukou vy-

sypaný plech a v mírnější troubě je upečeme do růžova. Upečený, prochladlý koláč potřeme oříškovou nádivkou, přes nádivku uděláme z piškotového těsta kornoutkem úhledné mřížky a koláč dáme do hodně mírné trouby osušiti. Potom vyplníme ještě mřížky zavařeninou.

Nádivka ořechová: $^1/_8$ *l* vody svaříme na nitku s 10 *dkg* cukru, pak přidáme 15 *dkg* strouhaných oříšků neb ořechů, 8 *dkg* strouhané čokolády, nádivku dobře zamícháme a vychladlou potřeme koláč.

Piškotové těsto na mřížky: 5 *dkg* cukru a 2 žloutky utřeme do husta, načež přidáme zlehka ze 2 bílků sníh a 7 *dkg* krupičkové mouky. Těsto dáme do kornoutu s hladkou trubičkou a přes potřený koláč uděláme mřížky.

Rozpočet: 16 *dkg* hladké mouky - 12 *dkg* másla - 8 *dkg* cukru - 25 *dkg* loupaných strouhaných mandlí - vanilka - citronová kůra - 1 žloutek - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky na plech.

Křehký koláč.

Do prosáté, hladké mouky na vále dáme cukr, rozválené amonium, citr. kůru, vanilku, načež do všeho rozsekáme máslo, uděláme důlek, přilijeme bílé víno a žloutek, vypracujeme těsto a dáme je do studena ztuhnouti. Pak těsto rozdělíme na díly, vyválíme a kruhem vykrojíme dva koláče. Jeden vložíme do suché dortové formy, z odkrojeného těsta uděláme váleček, který položíme kolem koláče. Prostředek koláče potřeme oříškovou nádivkou, druhým koláčem přikryjeme, povrch potřeme vajíčkem, posypeme sekanými oříšky a koláč pečeme v troubě asi 1 hodinu.

Upečený vyklopíme a pocukrujeme.

Nádivka: 8 *dkg* cukru, 3 žloutky a citr. kůru třeme tak dlouho, až zhoustne. Pak přidáme tuhý sníh ze 3 bílků současně se 6 *dkg* opražených, oloupaných, strouhaných oříšků a 4½ *dkg* strouh. housky neb piškotových drobečků. Nádivku lehce promícháme a potřeme jí těsto.

Rozpočet: 28 *dkg* hladké mouky - 20 *dkg* másla - 7 *dkg* cukru - vanilka - citr. kůra - na špičku nože amonia - 2 žloutky - 3 lžíce bílého vína - 2 *dkg* mouky na vyválení - 1 vejce - 2 *dkg* oříšků na potření a posypání.

Pomorančový koláč.

Z bílků si ušleháme hodně tuhý sníh, pak do něho zašleháme tlučený cukr, metlu vyndáme a vařečkou zamícháme hodně lehce žloutky, rozpuštěné, prochladlé máslo, pomorančovou šťávu i kůru a krupičkovou mouku. Těsto rozetřeme do máslem vymazané, moukou vysypané dortové formy a upečeme v prostředně horké troubě do růžova. Upečený, prochladlý, vyklopený koláč potřeme rybízovou zavařeninou, ozdobíme slazenou šlehanou smetanou a očištěným, na dílky rozebraným pomorančem.

Koláč můžeme též ozdobiti sladkým sněhem.

Rozpočet: 5 bílků - 8 *dkg* cukru - 5 žloutků - 2 *dkg* másla - ze ¼ červeného pomoranče šťáva i kůra - 8 *dkg* krupičkové mouky - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky na formu - 1 pomoranč na ozdobu - 8 *dkg* rybízové zavařeniny - ¼ *l* šlehané smetany a 3 *dkg* cukru.

Pomorančový koláč s mandlemi.

Tlučený cukr a žloutky třeme 15 minut. Pak přidáme loupané mleté mandle, pomorančovou kůru i šťávu, tuhý sníh z bílků a krupičkovou mouku. Dortovou formu vymažeme máslem, vysypeme moukou, těsto do ní nalijeme a upečeme. Pečený studený koláč potřeme pomorančovou nebo meruňkovou zavařeninou, ozdobíme ušlehanou smetanou a na dílky rozděleným pomorančem a podáváme na skleněné nebo dortové míse papírovou krajkou vyložené.

Rozpočet pro 5 osob: 12 *dkg* cukru - 4 žloutky - 10 *dkg* mandlí - z 1 pomoranče šťáva i kůra - ze 4 bílků sníh - 6 *dkg* mouky. *Na vymazání:* 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky - 10 *dkg* zavařeniny - ¼ *l* šlehané smetany - 1 pomoranč na ozdobu.

Jablíčkový koláč.

Do hladké, prosáté mouky přidáme prosátý cukr, citr. kůru, na špičku nože amonia, načež rozsekáme do všeho máslo, přidáme žloutky a vypracujeme dobře a lehce těsto, které dáme do studena ztuhnouti. Těsto vyválíme na dvě placky, kruhem je vykrojíme, jednu dáme na papír na plech a potřeme ji vejcem. Ze zbylého těsta uděláme váleček, který dáme kolem placky, pak prostředek naplníme udušenými, nakrájenými jablky, posypeme hrozinkami, trochu cukrem, loupanými, sekanými oříšky neb mandlemi, druhou plackou přikryjeme, povrch potřeme vajíčkem a koláč pečeme v mírnější troubě. Upečený pocukrujeme. Tento koláč místo jablky můžeme naplniti tvarohovou nádivkou a máme koláč tvarohový. V době velkých zahradních jahod upečeme koláč do růžova a úplně studený poklademe velkými jahodami a ozdobíme šlehanou slazenou smetanou.

Rozpočet: 28 *dkg* hladké mouky - 8 *dkg* cukru - citr. kůra - na špičku nože amonia - 20 *dkg* másla - 2 žloutky - ½ *kg* jablek - 4 *dkg* hrozinek - 2 *dkg* cukru - 3 *dkg* oříšků neb mandlí - 1 vejce na potření. — *Rozpočet na tvarohovou nádivku* bez másla do koláče: 5 *dkg* cukru - 1 žloutek - 1 *dkg* sladkých mandlí - 1 hořká mandle - vanilka - citronová kůra - 25 *dkg* strouhaného tvarohu - 3 *dkg* hrozinek.

Třený koláč (bleskový koláč).

Do utřeného másla přidáme cukr, žloutky, vanilku, citronovou kůru a třeme v míse 20 minut. Pak přidáváme zlehka z bílků tuhý sníh a současně krupičkovou mouku. Těsto rozetřeme na máslem potřený, moukou posypaný plech, neb do dortové formy a v mírné troubě upečeme koláč do růžova. Upečený koláč potřeme zavařeninou, na ni rozetřeme sladký krém sněhový, posypeme drobně rozsekanými mandlemi a dáme na 4 minuty do trouby, aby sníh zarůžověl. Poté koláč pocukrujeme a nakrájíme na stejné kousky.

Krém: Z 5 bílků ušleháme tuhý sníh, do něho zašleháme 8 *dkg* tlučeného cukru a 12 *dkg* cukru do něho vařečkou lehce zamícháme.

Rozpočet: 15 *dkg* másla - 15 *dkg* cukru - 4 žloutky - vanilka - citr. kůra - ze 4 bílků tuhý sníh - 15 *dkg* krupičkové mouky - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky na formu - 10 *dkg* rybízové zavařeniny - 2 *dkg* mandlí.

Tvarohový koláč.

Na vál si připravíme hladkou mouku, tlučený cukr, na špičku nože amonia, citr. kůru a tluč. vanilku. Pak do všeho rozsekáme máslo, přidáme žloutky a vypracujeme těsto, které dáme do studena na ½ hod. Ztuhlé těsto vyválíme, kruhem vykrojíme, dáme do formy, ze zbytku těsta uděláme kolem váleček, který potřeme vajíčkem a koláč dáme upéci do bleděrůžova. Potom koláč naplníme tvarohovou nádivkou, na ni rozetřeme piškotové těsto a koláč dopečeme zvolna v mírné troubě. Potom koláč pocukrujeme.

Piškotové těsto: 9 *dkg* cukru, 3 žloutky a citronovou kůru třeme tak dlouho, až zhoustne, poté přidáme lehce ze 4 bílků tuhý sníh a 9 *dkg* krupičkové mouky. Těsto toto lehce rozetřeme na tvarohovou nádivku.

Rozpočet: Malá forma: *křehké těsto:* 16 *dkg* hladké mouky - 5 *dkg* cukru - amonium - citr. kůra - vanilka - 10 *dkg* másla - 2 žloutky. — *Tvarohová nádivka.* 4 *dkg* másla - 10 *dkg* cukru - 1 žloutek - 25 *dkg* tvarohu - 2 hořké mandle - vanilka - citronová kůra - z 1 bílku sníh - 3 *dkg* hrozinek - 2 *dkg* sekaných oříšků.

Tvarohový koláč s oříšky.

Čerstvé máslo, jemný cukr, žloutky třeme v míse 20 minut. Pak přidáme strouhanou citronovou kůru, po lžicích jemný strouhaný tvaroh a polovinu mletých oříšků. Druhou polovinu oříšků zamícháme s krupičkovou moukou a přidáme do těsta s tuhým sněhem z bílků. Dortovou nebo koláčovou formu vymažeme čerstvým máslem, vysypeme moukou, naplníme těstem a dáme péci do prudší trouby asi ½ hodiny. Upečený koláč dáme na mísu a pocukrovaný podáváme. K němu můžeme podávati ovocnou šťávu nebo jablkovou kaši.

Rozpočet pro 5 osob: 10 *dkg* másla - 10 *dkg* cukru - 4 žloutky - z ½ citronu kůra - 10 *dkg* tvarohu - celkem 10 *dkg* oříšků - 1 *dkg* mouky. *Na formu:* 2 *dkg* másla a 2 *dkg* mouky - cukr s vanilkou na posypání.

Reveňový koláč.

Do prosáté, hladké mouky přidáme cukr, citr. kůru, vanilku, rozsekáme máslo, přidáme žloutek a nadále zpracujeme jemné těsto, které dáme do studena ztuhnouti na ½ hodiny. Pak je vyválíme, okrajem kruhu z formy dortové vykrojíme kruh, který vložíme do téže suché formy. Na okraj placky položíme ze zbytku těsta upravený váleček a koláč zapečeme. Potom vnitřek posypeme cloupanou, drobně krájenou spařenou revení, posypeme cukrem, hrozinkami a osmaženou houskou. Okraj koláče potřeme vajíčkem a koláč dopečeme v dobře vytopené troubě 20—30 minut. Upečený ozdobíme sladkým sněhem.

Reveň nakrájená na kolečka může být náhradou za jablka do závinu a žemlovky v době, kdy jich není.

Rozpočet: 16 *dkg* hladké mouky - 5 *dkg* cukru - citr. kůra - vanilka - 10 *dkg* másla - 2 žloutky - 50 *dkg* revené - 15 *dkg* cukru - 3 *dkg* hrozinek - 5 *dkg* strouhané housky - 2 *dkg* másla - ½ vejce na potření.

Jablka v sněhové závěji.

Připravíme si do formy těsto jako na reveňový koláč s upraveným válečkem, potřeme je vajíčkem a upečeme v troubě do růžova. Pečený koláč poklademe oloupanými, celými, s bílým vínem v cukru udušenými jablíčky, naplněnými zavařeninou (viz Úprava jablek v županu str. 302.), na ně nakupíme sladký sníh, který povrchu posypeme tlučeným cukrem a dáme na 4 minuty do trouby zarůžověti.

Potom opatrně dáme koláč na mísu a podáváme.

Tento moučník můžeme upraviti tak, že pečené těsto potřeme dobrou malinovou zavařeninou, na ni upravím hodně do měkka udušené čtvrtky jablek a studený pokryjeme šlehanou slazenou smetanou ($\frac{1}{4}$ *l* šleh. smetany a 3 *dkg* cukru), nebo jej též naplníme čerstvými jahodami a ozdobíme šlehanou smetanou.

Rozpočet: Na udušení 10 menších jablek - 8 *dkg* cukru - $\frac{1}{4}$ *l* vody - $\frac{1}{8}$ *l* vína - 10 *dkg* rybízové zavařeniny do nich. — *Na sníh:* 5 bílků - 20 *dkg* tlučeného prosátého cukru a 1 *dkg* cukru na posypání. — *Rozpočet těsta* jako na reveňový koláč. *Sladký sníh* (krém) viz Třený koláč str. 322.

Dušená jablka s krémem.

Nejdříve si připravíme křehké těsto, ze kterého upečeme kolečka malounko větší nežli připravená jablka. Na upečená kolečka položíme udušená v celku nádivkou naplněná jablka a kolem každého jablka upravíme spirálově žloutkový krém. Takto upravená jablka dáme na skleněnou mísu a podáváme.

Linecké těsto si připravíme z téhož rozpočtu jako na dvojité věnečky (viz str. 355) a upečeme je na suchém plechu.

Dušená jablka: Prostředně velká, spíše menší jablka oloupáme, zbavíme opatrně jaderníků tak, aby jablka zůstala celá. V kastrole povaříme 1 minutu cukr s vodou, máslem, vínem, celou vanilkou. Poté vložíme do odvaru připravená jablka a dusíme, až jsou měkká, ale celá. Měkká celá jablka *dobře* okapaná složíme na linecká kolečka, prostředky jablek naplníme nádivkou takto upravenou: meruňkovou zavařeninu umícháme, přidáme do ní loupané sekané oříšky neb mandle, očištěné hrozinky a citronádu na nudličky nakrájenou a trochu punče neb rumu. Takto připravenou nádivkou naplníme prostředky jablek.

Žloutkový krém: Do tuhého sněhu ze 3 bílků lehce a rychle promícháme 21 *dkg* tlučeného cukru a 2 žloutky. Hustý krém dáme do sáčku neb papírového kornoutu a vystříkáme na jablka kolem dokola spirály.

Rozpočet na jablka pro 5 osob: 10 prostředně velkých jablek - $\frac{1}{8}$ *l* vody - 10 *dkg* cukru - $\frac{1}{8}$ *l* bílého přírodního vína - 2 *dkg* čaj. másla - 3 *cm* vanilky. *Rozpočet na nádivku:* 8 *dkg* meruňkové zavařeniny - 3 *dkg* mandlí neb oříšků - 2 *dkg* citronády - 1 lžíce bílého punče neb rumu.

Skládaný koláč.

Do hladké mouky přidáme cukr, citr. kůru, vanilku, načež do ní rozsekáme máslo, přidáme žloutek a 2 lžíce bílého vína a vypracujeme

jemné těsto, které necháme ve studenu 15 minut. Poté je vyválíme na ¼ *cm* silně, z těsta vykrájíme pomocí obrácených kastrolků kruhy různé velikosti, složíme je na suchý plech a upečeme do růžova. Studené koláče spojíme na sebe zavařeninou nebo žloutkovým krémem, dáme na dortovou mísu, povrchu koláče potřeme sladkým sněhovým krémem, posypeme sekanými mandlemi a dáme na 3 minuty do trouby, aby zarůžověly. Sladký sněhový krém připravíme si jako na třený koláč (Bleskový koláč str. 322). Je to týž rozpočet.

Žloutkový krém: V kotlíku neb porcelánovém hrnci rozmícháme ⅛ *l* sladké smetany, 5 žloutků, 6 *dkg* cukru, 1 *dkg* rýžové moučky nebo krupičkové mouky a 2 *cm* vanilky. Umíchané postavíme na plotnu do kastrolu s vařící vodou a metlou šleháme, až krém zhoustne. Poté mícháme krémem, až vychladne. Do vychladlého zamícháme 1 *dkg* želatiny rozpuštěné ve dvou lžících vody, promíchaným krémem potíráme koláče.

Rozpočet na těsto: 20 *dkg* hladké mouky - 2½ *dkg* cukru - citr. kůra - vanilka - 10 *dkg* másla - 1 žloutek - 2 lžíce vína - 15 *dkg* zavařeniny neb žloutkový krém.

Bramborový koláč.

Na vál si prosijeme hladkou mouku, do ní rozsekáme máslo neb umělý tuk, přidáme cukr, vařené prolisované brambory, vejce, žloutek a kypřící prášek. Válečkem zpracujeme těsto a dáme odpočinouti. Poté je rozdělíme na 2 díly, vyválíme na stejně velké obdélníky, méně než ½ *cm* silné. Jeden přeneseme pomocíválečku na pomazaný plech, pomažeme jej zavařeninou, druhý na něj položíme, povrchu potřeme koláč vajíčkem, posypeme hrubě sekanými oříšky a upečeme jej v horké troubě do růžova. Prochladlý nakrájíme a pocukrujeme.

Místo zavařeniny můžeme koláč naplniti dobrou tvarohovou nádivkou.

Rozpočet: 40 *dkg* hladké mouky - 20 *dkg* másla neb umělého tuku - 15 *dkg* cukru - 37 *dkg* vařených brambor - 1 vejce - 1 žloutek - 1½ Oetker. prášku - 2 *dkg* másla a 2 *dkg* mouky na plech - 15 *dkg* zavařeniny - 1 vejce na potření - 3 *dkg* lísk. oříšků.

Bramborový koláč s tvarohovou nádivkou.

V míse dobře utřeme žloutky s cukrem, poté přidáme vařené, prolisované, studené brambory, přikapeme rozpuštěné vychladlé máslo, loupané mleté mandle, tlučenou vanilku, tuhý sníh z bílků a krupičkovou mouku. Plech vymažeme máslem, vysypeme moukou, těsto na něj na 2 *cm* vysoko rozetřeme a v prostředně horké troubě upečeme. Prochladlé těsto rozdělíme na 2 díly. Jeden díl potřeme tvarohovou nádivkou, druhým dílem přikryjeme a koláč nakrájíme na obdélníčky, složíme na mísu a pocukrujeme.

Nádivka: Do utřeného másla zamícháme jemný cukr, tvaroh a zavařeninu. Umíchanou nádivkou naplníme koláč.

Rozpočet pro 5 osob: 36 *dkg* prolis. brambor - 15 *dkg* cukru - 4 větší žloutky - 6 *dkg* mandlí - 5 *dkg* másla - 15 *dkg* krupičkové mouky - 4 bílky na

sníh - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky na plech. *Nádivka:* 30 *dkg* jemného tvarohu - 8 *dkg* másla - 10 *dkg* cukru - 4 *dkg* malinové zavařeniny.

Tvarohový koláč.

Na vál si připravíme hladkou mouku, do ní rozsekáme máslo, přidáme cukr, citr. šťávu i kůru, žloutky, mléko a vypracujeme těsto, které dáme do studena odpočinouti. Potom je rozválíme na obdélník, okraj odkrojíme rýhovacím kolečkem a ještě z něho nakrájíme několik úzkých pásků. Těsto přeneseme válečkem na pomazaný a moukou vysypaný plech, prostředek pomažeme tvarohovou nádivkou, přes ni navrch poklademe křížem pásky z těsta a okraj přehneme, pomažeme vajíčkem a koláč upečeme v horké troubě do růžova. Zchladlý nakrájíme a pocukrujeme. Do této tvarohové nádivky přidáme mouku, aby byla hustší.

Rozpočet: 25 *dkg* hladké mouky - 12 *dkg* másla - 8 *dkg* cukru - citr. kůra i šťáva - 2 žloutky - lžíce mléka - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky na plech. — *Nádivka:* 5 *dkg* másla - 30 *dkg* tvarohu - 10 *dkg* cukru - 1 vejce - citronová kůra - lžíce mouky - 3 *dkg* hrozinek - 1 vejce na potření koláče.

Třešňový krupicový koláč.

Žloutky, cukr, citr. kůru i šťávu třeme tak dlouho, až zhoustne. Pak zároveň se sněhem lehce zamícháme strouhané oříšky neb ořechy a krupici. Těsto rozetřeme na 1½ *cm* silně na pomazaný a posypaný plech, do něho naklademe očištěné čerstvé neb zavařené višně neb třešně a koláč v prostředně horké troubě upečeme do růžova. Teplý pocukrujeme a studený nakrájíme.

Rozpočet: 8 žloutků - 30 *dkg* cukru - z ½ citronu šťávu i kůru - z 8 bílků tuhý sníh - 18 *dkg* krupice - 15 *dkg* oříšků neb ořechů - 30 *dkg* višní neb třešní - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky.

Višňový koláč piškotový.

Prosátý cukr, žloutky, vanilku a citr. kůru utřeme, až zhoustne. Poté přidáme z bílků tuhý sníh a prosátou krupičkovou mouku. Těsto rozetřeme na máslem vymazaný, moukou vysypaný plech neb do dortové formy, poklademe opranými, osušenými višněmi a koláč upečeme v prostředně horké troubě do růžova. Pečený prochladlý nakrájíme a pocukrovaný podáváme.

Rozpočet: 21 *dkg* cukru - 6 žloutků - vanilku - citr. kůru - 21 *dkg* mouky - z 8 bílků sníh - ½ *kg* višní - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky na plech.

Třešňový koláč.

Odvážíme si tolik másla, cukru a krupičkové mouky, co váží 4 vejce. Máslo dobře utřeme, načež do něho zamícháme 4 žloutky, odvážený tlučený cukr, vanilku a třeme 20 minut. Pak přidáme do těsta z bílků tuhý sníh a odváženou prosátou mouku. Plech nebo dortovou formu vymažeme máslem, vysypeme moukou, těsto na ní rozetřeme

na 1½ *cm* vysoko, poklademe třešněmi neb višněmi a koláč zvolna upečeme v mírnější troubě. Prochladlý nakrájíme a pocukrujeme.

Rozpočet: 50 *dkg* třešní neb višní - 2 *dkg* másla a 2 *dkg* mouky na plech. — *Těsto:* asi 18 *dkg* másla - 18 *dkg* cukru - 18 *dkg* mouky - 4 vejce.

Višňový koláč s čokoládou.

Prosátý cukr, žloutky a vanilku třeme, až zhoustne. Poté přidáme strouhanou čokoládu, neloupané strouhané mandle, na drobno nakrájenou citronádu, z bílků tuhý sníh současně se strouhanou houskou. Těsto rozetřeme do máslem vytřené a moukou vysypané dortové formy, poklademe višněmi, posypeme nakrájenými loupanými mandlemi a dáme péci do mírně vytopené trouby ¾ hod. Upečený pocukrovaný koláč podáváme.

Rozpočet: 10 *dkg* cukru - 5 žloutků - vanilka - 5 *dkg* čokolády - 5 *dkg* mandlí - 2 *dkg* citronády - ¼ *kg* višní - z 5 bílků sníh - 3 *dkg* loup. mandlí na posypání - 5 *dkg* housky - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky na formu.

Makový koláč s třešněmi.

Do utřeného másla přidáme cukr, žloutky, citr. kůru i šťávu a třeme, až vše zhoustne. Pak přidáme jemně umletý mák, jemně sekané, neloupané mandle, tlučenou skořici, zrnko tlučeného nového koření a z bílků tuhý sníh. Těstem naplníme máslem vymazanou, moukou vysypanou formu, posypeme třešněmi a koláč zvolna upečeme do růžova. Upečený posypeme vanilkovým cukrem.

Rozpočet: 15 *dkg* másla - 4 žloutky - 17 *dkg* cukru - 17 *dkg* mletého máku - 7 *dkg* mandlí - 1 nové koření - z ¼ citronu kůra i šťáva - skořice - ze 4 bílků sníh - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky na formu - ¼ *kg* třešní.

Piškotový koláč s meruňkami.

Tlučený cukr, žloutky, lžíce vody z uvařených meruněk, citronovou kůru utřeme do zhoustnutí. Poté přidáme tuhý sníh z bílků (do kterého přidáme před šleháním lžíci studené vody) současně s krupičkovou moukou. Těsto upravíme do čerstvým máslem vymazané, moukou vysypané dortové formy, poklademe zralými (pecek zbavenými) meruňkami neb sušenými meruňkami. (Sušené meruňky namočíme na noc do studené vody málo oslazené, načež druhý den je povaříme 3 min. a studenými poklademe těsto.) Připravený koláč upečeme v dobře vyhřáté troubě do růžova. Pečený, prochladlý pocukrujeme a nakrájíme.

Rozpočet pro 5 osob: forma dortová v průměru 23 *cm*: 14 *dkg* tlučeného cukru - 4 žloutky - z ⅛ citronu kůra - 1 lžíce vody z uvařených meruněk - ze 4 bílků sníh - 1 lžíce studené vody do bílků při šlehání - 14 *dkg* krupič. mouky - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky na formu - 50 *dkg* čerstvých meruněk neb 12 *dkg* sušených meruněk - 2 *dkg* cukru do nich - vanilkový cukr na posypání.

Tvarohový koláč.

V míse umícháme máslo s cukrem. Poté přimícháme syrový a vařený žloutek, vanilku a naposled mouku. Dortovou formu v prů-

měru 23 *cm* vymažeme máslem, do ní rozetřeme umíchané těsto a hned na ně rozetřeme tvarohovou nádivku. Koláč upečeme v prostředně horké troubě do růžova. (Peče se ½ až ¾ hod.)

Nádivka: Do umíchaného másla s cukrem přidáme tlučenou vanilku, prolisovaný neb jemně nastrouhaný tvaroh, syrové a vařené žloutky a trochu husté kyselé smetany. Pak nádivku dobře promícháme a upravíme na těsto. — Do nádivky můžeme přidati tuhý sníh z bílků.

Rozpočet pro 5 osob: 7 ½ *dkg* másla - 5 *dkg* tluč. cukru - 1 syrový žloutek - 1 vařený žloutek - 12 ½ *dkg* krupičné mouky - 1 *dkg* másla na formu. — *Nádivka:* 6 *dkg* másla - 8 *dkg* tluč. cukru - 17 *dkg* tvarohu - 2 syrové a 2 vařené žloutky (vejce uvaříme na tvrdo a žloutky prolisujeme) - 1 lžíce husté kyselé smetany. (Bílky vařené můžeme upotřebiti do polévky nebo do bramborového salátu.)

Ovocný koláč I.

(Způsob americké páje.)

Tento způsob úpravy ovocného koláče (páje) jest oblíben ponejvíce v Americe. Koláč jest velmi jemný a chutný, protože je připraven z neslazeného těsta. Sladíme jen nádivky. Nádivky můžeme připraviti ze všech druhů zavařeného ovoce, ale i z ovoce čerstvého, dobře očištěného. Při použití čerstvého ovoce přidáme o něco více cukru. Řídíme se druhem a sladkosti ovoce.

Koláč (páj) upravujeme takto: Na vál prosijeme hladkou mouku, přisypeme kypřící prášek, na špičku nože soli, nožem do všeho rozsekáme čerstvé máslo (nebo vyškvařené tuhé sádlo), přiléváme hodně studenou vodu a nožem zpracujeme rychle v jemné těsto. Těsto rozdělíme na dva nestejné díly. Větší díl lehce válečkem na pomoučeném vále vyválíme na kulatou placku. Zvláštní plechovou formu podobnou talíři vyložíme těstem až přes okraj formy. Přečnívající těsto nožem ořízneme a dno těsta propícháme vidličkou (aby pod těstem nezůstala vzduchová bublina) a poklademe zavařenými, dobře okapanými rozpůlenými meruňkami nebo broskvemi, plochou stranou dolů, na ně rozetřeme vaječnou rýži. Z druhé poloviny těsta uděláme kulaté válečky (jako na linecký dort), složíme je na povrch nádivky, při čemž okraje prstem vlhkým utlačíme. Mřížky potřeme žloutkem a koláč pečeme v dobře vytopené troubě ¾ hod.

Upečený vychladlý koláč pocukrujeme nebo úplně studený ozdobíme šlehanou smetanou a podáváme.

Vaječná rýže do koláče: Přebranou mléčnou rýži zalijeme studenou vodou a povaříme 5 minut. Poté vodu slijeme a rýži prolijeme studenou vodou a dobře odkapanou vložíme do mléka a uvaříme ji do měkka. Vychladlou rýži smícháme s cukrem, solí, tlučenou vanilkou, vejcem a rozetřeme na ovoce.

Rozpočet pro 5 osob: (průměr plechové formy 20 *cm*) (5 porcí): *těsto:* 10 *dkg* hladké mouky - 6 *dkg* másla nebo sádla - 2 plné polévkové lžíce studené vody, na špičku nože soli - na špičku čajové lžičky kypřícího prášku. *Na rýži:* 4 *dkg* rýže - ⅜ *l* vody na vaření rýže - 14 polévkových lžic mléka - zrnečko soli - 1 *cm* utluč. vanilky - 1 celé vejce - 25 *dkg* meruněk nebo broskví bez pecek (12 půlek). *Čerstvého ovoce:* 30 až 35 *dkg*. *Na potření mřížek:* 1 žloutek. *Na ozdobu:* ¼ *l* šlehané smetany - 2 *dkg* cukru.

Zvláštní formy na páje (podobné plechovému talíři) má na skladě firma Münzberger a Štěpnička, Praha II., Spálená ul. č. 24.

Ovocný koláč II.

(Americký způsob páje.)

Z uvedeného rozpočtu vypracujeme jemné těsto právě tak jako na ovocný koláč I. Vypracované těsto rozdělíme na dva nestejné díly. Větším dílem těsta vyložíme zvláštní formu na tento koláč (viz předcházející předpis) až přes okraj formy. Dno propícháme vidličkou a naplníme připravenou ovocnou nádivkou. Z druhé části těsta uděláme mřížky a složíme na nádivku. Okraje dobře stlačíme a přečnívající těsto nožem odřízneme. Povrchu potřeme koláč žloutkem a v horké troubě pečeme ¾—1 hod.

Před podáváním pocukrujeme nebo zdobíme také ušlehanou smetanou.

Nádivka: čerstvé broskve, meruňky nebo zahradní jahody nakrájíme na drobné kousky, pokapeme citronovou šťávou, posypeme cukrem, strouhanou citronovou kůrou, krupičkovou nebo kukuřičnou moukou, lehce promícháme a nasypeme na těsto.

Plníme-li koláč nakrájenými jablky, dáme místo citronu trochu tlučené skořice a 2 *dkg* strouhané žemle.

Rozpočet pro 5 osob: (10 porcí) formu v průměru 26 *cm: těsto:* 20 *dkg* hladké mouky - 12 *dkg* másla nebo sádla - 4—5 lžic studené vody - ¼ čajové lžičky kypřícího prášku - 3 zrnéčka soli - 1 žloutek na potření mřížek. *Nádivka:* 50 *dkg* ovoce - 10—12 *dkg* cukru - 1 polévková lžíce citronové šťávy - ze ¼ citronu kůra - 1 lžíce kukuřičné nebo pšeničné moučky - vanilkový cukr na posypání anebo ¼ *l* šlehané smetany a 2 *dkg* cukru do ní.

Tvarohový koláč s jablky.

(Americký způsob páje.)

Na vál prosijeme hladkou mouku, málo osolíme, přidáme kypřicí prášek, strouhaný jemný tvaroh a rozsekáme do všeho máslo. Pak stále nožem pracujíce přiléváme po troškách studenou vodu a vypracujeme jemné, ale tuhé těsto.

Rozdělíme na dva stejné díly a vyválíme dva kulaté plásty. Jedním vyložíme plechovou formu (na páje) až přes okraj a dno propícháme vidličkou. Připravenou jablkovou nádivkou naplníme, pokryjeme druhým plástem těsta a na kraji prstem vodou zvlhčeným obě těsta spojíme. Povrchu koláč potřeme žloutkem, popícháme vidličkou a v horké troubě pečeme 50 až 60 minut.

Pocukrovaný podáváme.

Nádivka: letní neloupaná neb zimní jablka oloupaná nakrájíme na plátky, dáme do mouky a vanilkového nebo skořicového cukru. Pak je promícháme, dáme na těsto a poklademe drobně nakrájeným máslem a pak dáme teprve druhý plást těsta.

Rozpočet pro 5 osob: 10—12 porcí - forma v průměru 26 *cm. Těsto:* 24 *dkg* hladké mouky - ¾ kávové lžičky soli - ¼ kávové lžičky kypřícího prášku - 10 *dkg* másla nebo sádla - 6 *dkg* tvarohu - 6 polévkových lžic vody - 1 žloutek na potření koláče. *Nádivka:* 50 *dkg* jablek - 10—12 *dkg* cukru - 1 *cm* tluč. vanilky neb skořice - 4 *dkg* mouky - 3 *dkg* másla.

Jemný pomorančový moučník.

Tlučený cukr se žloutky umícháme do husta. Pak přidáme lehce tuhý sníh současně s krupičkovou moukou. Těsto vložíme do sáčku s hladkou trubičkou a na plech papírem vyložený, máslem potřený, vystříkáme piškoty. Povrchu je posypeme tlučeným cukrem a v mírné troubě upečeme do růžova. Pečené piškoty opatrně sejmeme s papíru, složíme je na mísu pěkně na sebe a pokapeme dobře pomorančovou šťávou a stejnoměrně žloutkovým krémem.

Takto upravený moučník dáme do studena neb k ledu na 3—4 hodiny.

Nežli moučník podáváme, ozdobíme jej ušlehanou, málo oslazenou smetanou a na dílky rozděleným pomorančem. Místo doma upravených piškotů můžeme si koupiti 30 kusů hotových piškotů.

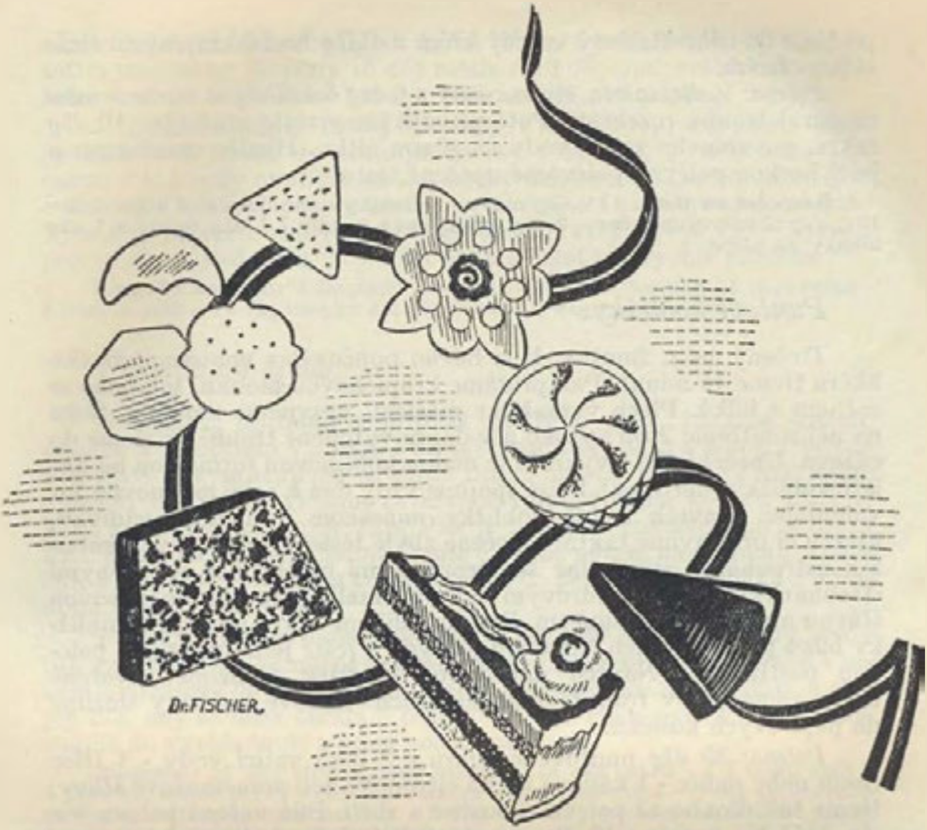
Rozpočet pro 5 osob: Piškoty: 10 *dkg* cukru - 4 žloutky - 4 bílky na sníh - 12 *dkg* krupičkové mouky - 4 *dkg* tlučeného cukru na posypání - papír - 1 *dkg* másla. *Náplň:* Šťávu ze 4 pomorančů. - *Krém:* 12 *dkg* másla - 3 žloutky - 12 *dkg* tlučeného cukru - ½ *cm* tlučené prosáté vanilky neb půl balíčku vanilkového prášku, třeme v míse 15—20 minut. *Smetana:* ½ litru šlehané smetany - 3 *dkg* pudrového cukru - opatrně ušleháme do husta. (Ve studenu.) *Na ozdobu:* 1 pomoranč.

Ananasové řezy.

Tlučený cukr, celá vejce dáme do strojku na tření těsta neb kotlíku na sníh a v strojku třeme 10 minut. (V kotlíku na sníh šleháme 25—30 minut.) Do utřeného těsta zamícháme lehce ¼ kávové lžičky šťávy z konservovaného ananasu a jemnou krupičkovou mouku. Lehce promíchané těsto vložíme do formy na biskupský chlebíček, máslem vymazané a moukou vysypané a pečeme 20—30 minut. Upečený prochladlý chlebíček nakrájíme na 1 *cm* silné řezy. Dva řezy spojíme vždy k sobě žloutkovým krémem. Povrchu ozdobíme řezy šlehanou slazenou smetanou, kolečkem z ananasu a zavařenou višní. Hotové řezy složíme úhledně na skleněnou mísu a podáváme.

Žloutkový krém: syrovou sladkou smetanu, žloutky, rýžovou neb bramborovou moučku, jemný cukr, ananasovou šťávu v hrnečku dobře umícháme, načež postavíme hrneček do kastrolu s vařící vodou a na plotně stále míchajíce necháme zhoustnouti. Do úplně studeného krému zamícháme 1 lžíci ušlehané smetany a spojíme řezy.

Rozpočet pro 5 osob: Piškotové těsto: 4 celá vejce - 16 *dkg* cukru - 18 *dkg* mouky - ¼ lžičky ananasové šťávy - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky na formu. - *Krém:* ⅛ litru sladké smetany - 3 žloutky - 1 *dkg* rýžové neb bramb. moučky - 1 káv. lžička ananasové šťávy - 5 *dkg* cukru - 1 lžíce ušlehané smetany. *Na zdobení:* ¼ *kg* krabice kons. ananasu - ¼ litru šlehané smetany - 2 *dkg* cukru do smetany - 15 kusů zavařených višní.



XII. CUKROVINKY

Ořechové řezy.

Prosátý cukr, žloutky a vanilku třeme v míse 15 minut. Pak přidáme tuhý sníh z bílků, strouhané vlašské ořechy a krupičkovou mouku. Těsto rozetřeme na máslem potřený, moukou posypaný plech na 3 *cm* vysoko, zahradíme papírem a upečeme je v prostředně horké troubě do růžova. Studené těsto rozpůlíme, 1 díl potřeme ořechovým krémem, druhý na něj položíme, prkénkem zatížíme a pak polijeme povrch čokoládovou polevou a když oschla, nakrájíme řezy.

Krém: 6 menších lžic mléka, 3 žloutky, 4 *dkg* cukru a kousek vanilky ušleháme dobře v kotlíku. Pak jej postavíme do kastrolu s vařící vodou a na plotně šleháme, až krém zhoustne a pak jej dáme vychladnouti. V míse zatím umícháme do pěny 6 *dkg* čajového másla,

přidáme do něho studený vařený krém a 4 *dkg* hrubě krájených vlašských ořechů.

Poleva: ½ *dkg* másla, lžičku vody a 6 *dkg* čokolády si dáme v míse na okraj trouby rozehřáti. Poté přikapáváme stále míchajíce 10 *dkg* cukru, povařeného v $^1/_8$ *l* vody na silnou nitku. Hladce umíchanou a ještě horkou polevou poléváme upečené těsto.

Rozpočet na těsto: 12½ *dkg* cukru - 4 žloutky - vanilka - ze 4 bílků sníh - 10½ *dkg* ořechových jader - 2 *dkg* krupičkové mouky - 1 *dkg* másla a 1 *dkg* mouky na plech.

Punčové koblížky.

Tlučený cukr, žloutky, lžíci bílého punčového neb ananasového likéru třeme 15 minut. Pak přidáme krupičkovou mouku, současně se sněhem z bílků. Plech vymažeme máslem, vysypeme moukou, těsto na něj rozetřeme 2 *cm* vysoko a v dobře vytopené troubě upečeme do růžova. Upečené těsto vykrájíme malou koblihovou formičkou na kulaté koblížky (dortíčky), které spojíme vždy dva k sobě malinovou zavařeninou. Navrch každé koblížky naneseme hromádku nádivky, kterou si připravíme takto: Upečené zbylé těsto z vykrájených koblížek ustrouháme, smícháme se strouhanými ořechy neb opraženými strouhanými oříšky, pudrovým cukrem, malinovou neb ananasovou šťávou a rumem neb punčem. Potom polijeme takto upravené koblížky bílou punčovou neb rumovou polevou a ještě je kornoutkem polevou postříkáme. Navrch doprostřed koblížek položíme zavařené třešně, omočené v rozsekaných pistaciích. Hotové koblížky složíme do papírových košíčků.

Poleva: 35 *dkg* pudrového cukru - 2 lžíce vařící vody - 1 lžíce rumu nebo punče - 1 kávová lžička citronové neb pomerančové šťávy, třeme tak dlouho až poleva zhoustne a zbělí. Bílá vařená poleva viz str. 415! Na ozdobu: 10 *dkg* zavařených třešní - 1 *dkg* pistacií - papírové košíčky.

Rozpočet na těsto: 14 *dkg* tlučeného cukru - 6 žloutků - 1 lžíce likéru - 14 *dkg* krupičkové mouky - 6 bílků - na vymazání plechu 2 *dkg* másla a 2 *dkg* mouky - 20 *dkg* malinové zavařeniny. *Nádivka:* zbytky těsta - 10 *dkg* ořechů neb oříšků - 10 *dkg* pudrového cukru - 1 lžíce malinové neb ananasové šťávy - $^1/_{10}$ *l* rumu neb punče.

Piškotové řezy s polevou.

Prosátý tlučený cukr, vanilku a žloutky třeme tak dlouho, až vše zhoustne. Pak přidáváme rum a do dobře utřeného těsta lehce zamícháme z bílků sníh a krupičkovou mouku. Těsto rozetřeme na máslem vymazaný a moukou vysypaný plech a dáme upéci do prostředně horké trouby do růžova. Upečené těsto nakrájíme na pruhy, polovinu jich potřeme máslovým krémem, druhou polovinu nakrájíme na řezy, složíme je na pomazané pruhy a řezy dokrájíme. Potom je polijeme čokoládovou polevou a ozdobíme krémem.

Krém: $^1/_{16}$ *l* mléka, 1 žloutek, 2½ *dkg* cukru a 1 *dkg* mouky v hrnečku rozkverláme, pak postavíme jej do kastrolu s vařící vodou

a mícháme, až zhoustne. Pak krém dáme vychladnouti. V míse si zatím umícháme do pěny 15 *dkg* másla a 10 *dkg* pudrového cukru. Do toho zamícháme studený krém a 1 lžíci rumu neb punče.

Čokoládová poleva: 12 *dkg* čokolády, 1 lžíci vody, 1 *dkg* másla dáme na hlubokou misku do mírnější trouby rozehřáti, 20 *dkg* kusového cukru a ¼ *l* vody uvaříme na nit, horký nalijeme po lžicích do změklé čokolády s máslem, polevu hladce vymícháme a řezy ihned poléváme. Tyto řezy můžeme políti také bílou polevou (viz Polevy). Čokoládovou polevu dáme nad páru, aby nám při polévání tak rychle netuhla.

Rozpočet na těsto: 8 žloutků - 21 *dkg* cukru - tluč. vanilka - 1 lžíce rumu - z 8 bílků sníh a 18 *dkg* mouky a 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky.

Čokoládové koule.

Na vál si připravíme prosátý pudrový cukr, loupané umleté mandle a utlučenou vanilku. Pak přidáme tuhý sníh z bílků, citronovou šťávu a vypracujeme ze všeho tuhou hmotu. Poté z ní nakrájíme kousky, do každého vložíme zavařenou višni, uděláme koule a usušíme je na pocukrovaném prkénku. Pak je polijeme čokoládovou polevou a nežli poleva oschne, obalíme koule v hrubě nožem nastrouhané čokoládě a dosušíme je. Potom koule vložíme do papírových košíčků a upravíme na skleněnou mísu.

Poleva: Do mísy dáme čokoládu a kakaové máslo neb bílý tvrdý tuk a vložíme vše do mírně vyhřáté trouby. Rozehřátou čokoládu s tukem umícháme do vychladnutí, načež polevu dáme opět ohřáti, a sice jen tak, aby se mísa ohřála a poleva nikoliv. Poté polevu znovu umícháme do vychladnutí a hned poléváme koule.

Rozpočet: 25 *dkg* strouhaných mandlí - 14 *dkg* cukru - z 1 bílku sníh - 1 lžíce citronové šťávy - tlučená vanilka - zavařené višně - 5 *dkg* pudrového cukru na vál - papírové košíčky - 5 *dkg* čokolády na obalení. *Poleva:* ¼ *kg* čokolády - 6 *dkg* kakaového másla (tuku).

Čokoládové řezy s rumovou polevou.

Do dobře umíchaného másla zamícháme cukr, žloutky, citr. kůru, vanilku a třeme 20 minut. Pak přidáme jemně usekané hrozinky, strouhanou čokoládu, tuhý sníh z bílků a prosátou krupičkovou mouku. Těsto rozetřeme na máslem vymazaný, moukou vysypaný plech s vyšším okrajem, zahradíme papírem a dřevem a v mírnější troubě těsto upečeme. Potom je rozdělíme na čtyři díly. Dva díly potřeme malinovou neb rybízovou zavařeninou, druhými přiklopíme a povrch polijeme hustou rumovou polevou. Když oschla, nakrájíme řezy. Hotové vkládáme do papírových košíčků.

Poleva: 15 *dkg* prosáté jemné cukrové moučky (*pudru*), 1 lžíci vařící vody a podle potřeby rumu třeme v míse tak dlouho, až poleva zhoustne. Musí býti hladká a lesklá.

Rozpočet: 8 *dkg* másla - 14 *dkg* cukru - 4 žloutky - citronová kůra - tlučená vanilka - 14 *dkg* čokolády - 8 *dkg* hrozinek - 12½ *dkg* krupičkové mouky - ze 4 bílků sníh - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky - 15 *dkg* malinové neb rybízové zavařeniny.

Pomorančové řezy.

Tlučený, prosátý cukr, žloutky a pomorančovou strouhanou kůru třeme v míse, až vše zhoustne (30 minut). Poté lehce zamícháme vařené, studené prolisované brambory a z bílků tuhý sníh. Plech neb dortovou formu vymažeme máslem, vysypeme moukou, těsto do ní rozetřeme a v prostředně horké troubě upečeme do růžova. Studené těsto potřeme krémem a ozdobíme pomoranči.

Krém: 15 malých lžic mléka, kousek tlučené vanilky, 7 *dkg* cukru, 2 žloutky, 2 lžičky bramborové moučky a z ½ pomoranče kůru v kotlíku neb hrnci dobře ušleháme, potom postavíme krém s kotlíkem do vařící vody a na plotně tak dlouho šleháme, dokud nezhoustne. Pak potřeme úplně studeným krémem těsto a ozdobíme na čtvrtky neb kolečka nakrájeným pomorančem.

Rozpočet: *Malý plech:* 14 *dkg* cukru - 4 žloutky - z ½ pomoranče kůra - 34 *dkg* vařených oloupaných prolisovaných brambor - ze 4 bílků sníh - 2 *dkg* másla a mouky na plech - 1 pomoranč.

Tvarohové řezy z bramborového těsta.

Do hladké, prosáté mouky lehce zamícháme vařené, prolisované, studené brambory, rozsekáme v tom máslo, přidáme strouhanou citr. kůru, tlučený cukr, droždí vykynuté ve 3 lžících mléka a žloutek. Těsto dobře vypracujeme a pod vlahým kastrolem je necháme vykynouti.

Potom z něho vyválíme dva stejné obdélníky, jeden složíme na máslem potřený plech, potřeme jej dobrou tvarohovou nádivkou, posypeme hrozinkami, druhým těstem pěkně přikryjeme, povrch potřeme žloutkem a v dobře vyhřáté troubě upečeme do růžova. Pečené, prochladlé těsto potřeme bílkovou polevou s rumovou příchutí a když poleva oschla, nakrájíme řezy.

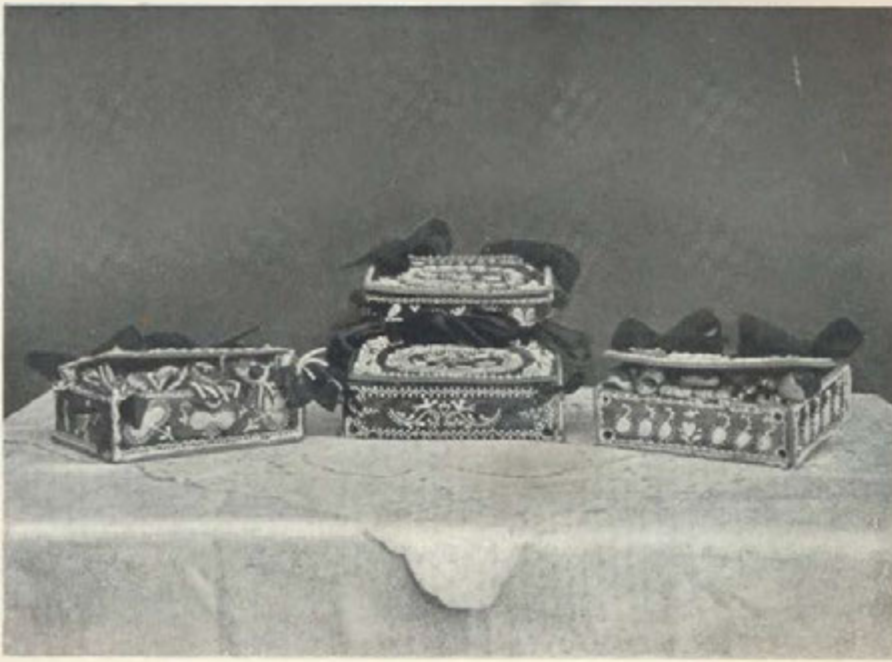
Nádivka: 6 *dkg* cukru, 1 žloutek, citr. kůru dobře umícháme, pak přidáme 50 *dkg* měkkého tvarohu a z 1 bílku sníh. Lehce promíchanou nádivkou potřeme těsto a posypeme 5 *dkg* hrozinek.

Poleva: 10 *dkg* cukru (pudru), 1 bílek, ½ kávové lžičky rumu mícháme, až je poleva hustá.

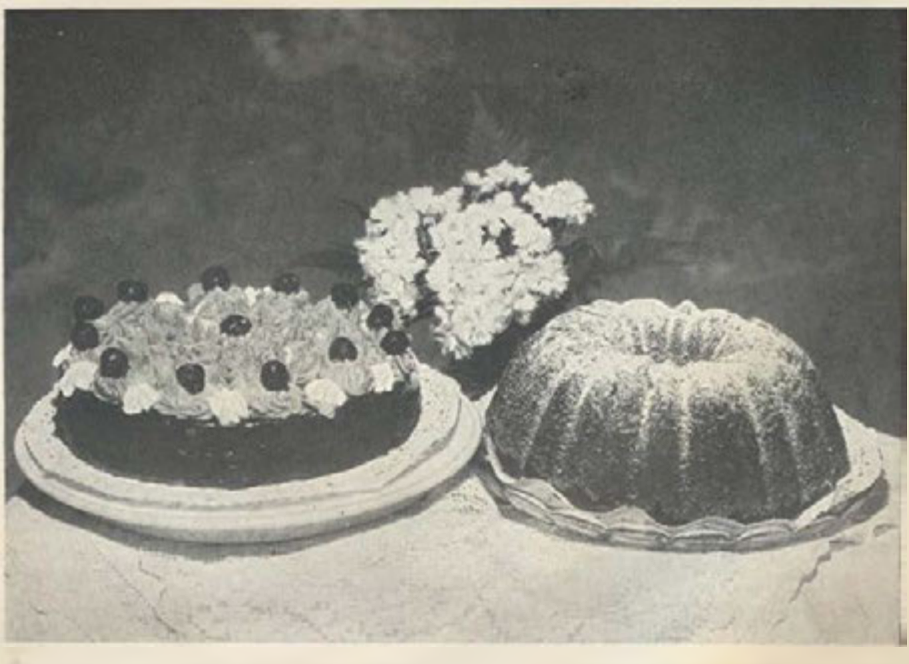
Rozpočet: 20 *dkg* hladké mouky - 20 *dkg* vařených lisovaných bramborů - citronová kůra - 6 *dkg* másla - 2 *dkg* cukru - 1 žloutek - 3 lžíce mléka - 2 *dkg* droždí - 2 *dkg* másla na plech.

Meruňkové řezy.

Žloutky, tlučený prosátý cukr, šťávu z citronu a dobrou meruňkovou zavařeninu třeme v míse tak dlouho, až zhoustne (20 minut). Pak do těsta zároveň se sněhem zamícháme prosátou krupičkovou mouku. Těsto rozetřeme na máslem pomazaný a moukou posypaný plech na 1 *cm* silně a upečeme v teplé troubě do růžova. Zchladlé těsto nakrájíme na dlouhé pásy 8 *cm* široké a 2 a 2 spojíme krémem. Okraj povrchu ohradíme mandlovým rámečkem (viz Jahodové řezy str. 3(0), na střed naklademe půlky čerstvých ovařených nebo suchých do měk-



Perníková krabice.



Čokoládový dort I., zdobený krémem a višněmi. *Třená velká bábovka: Viz stranu 275.*



Skládaný dort.



Punčový dort (různě zdobený).

ka udušených meruněk, které zalijeme rosolem a dáme do studena ztuhnouti.

Čokoládový krém: Do umíchaného másla s cukrem zamícháme změklou čokoládu, opražené loupané, strouhané oříšky, rum a tlučenou vanilku.

Rosol: 20 kusů suchých meruněk a rosol jako u pomorančového dortu. (Meruňky zalijeme vodou, do které jsme přidaly 2 *dkg* cukru, a dusíme do měkka.)

Rozpočet: 7 žloutků - 28 *dkg* cukru - šťáva z 1 citronu - 5 *dkg* meruňkové zavařeniny - ze 7 bílků sníh - 18 *dkg* mouky - 2 *dkg* másla a 2 *dkg* mouky na plech. — *Krém:* 15 *dkg* másla - 10 *dkg* cukru - 15 *dkg* opražených oříšků - 15 *dkg* čokolády - 1 lžíce rumu - tlučená vanilka.

Griliášové řezy.

Do utřeného másla přidáme cukr, žloutky, vanilku, citronovou kůru a třeme pilně 25 minut. Pak přidáváme do utřeného těsta tlučený griliáš, loupané strouhané mandle, tuhý sníh z bílků, do kterého jsme zašlehaly 5 *dkg* cukru, načež přidáme krupičkovou mouku a piškotové drobečky neb strouhanou housku. Těsto rozetřeme na 2 *cm* vysoko na máslem vymazaný, moukou vysypaný plech, zahradíme papírem a dřevem a rychleji v dobře vytopené troubě upečeme do růžova. Upečené, studené těsto nakrájíme na 5 *cm* široké pruhy, polovinu jich potřeme máslovým krémem, z druhé poloviny nakrájíme stejné řezy, složíme je na nádivku a řezy dokrájíme. Pak je povrchu potřeme rybízovou neb malinovou zavařeninou, posypeme griliášem a ozdobíme pomocí kornoutku s hvězdičkovou trubičkou hubinkami z máslové nádivky.

Nádivka: 15 *dkg* másla utřeme do pěny, pak přidáme a dobře zamícháme 15 *dkg* jemného prosátého cukru a 2 lžíce rumu. Část nádivky oddělíme na ozdobu, načež do ostatní zamícháme 3 *dkg* tlučeného griliáše.

Griliáš: 10 *dkg* cukru necháme na suché pánvi zežloutnouti, pak zamícháme do něho 5 *dkg* loupaných, sekaných oříšků, nalijeme na mastný plech a ve studenu uložíme. Pak griliáš utlučeme, prosijeme a upotřebíme do těsta, nádivky a na posypání řezů. 15 *dkg* rybízové zavařeniny na potření řezů.

Rozpočet: 4 *dkg* másla - 6 žloutků - vanilka - citr. kůra - 6 *dkg* cukru - 4 *dkg* griliáše - 5 *dkg* mandlí - 5 *dkg* krupičkové mouky - 5 *dkg* piškotových drobečků - sníh ze 6 bílků - 5 *dkg* cukru do něho - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky na plech.

Dvojbarevné řezy I.

Světlé těsto. Prosátý tlučený cukr, žloutky, vanilku, citr. kůru třeme až zhoustne (20 minut). Poté přidáme lžičku rumu a třeme ještě 10 minut. Pak přidáme z bílků ušlehaný tuhý sníh, současně (po lžicích) se strouhanými vlašskými neb lískovými ořechy, moukou a rozpuštěným prochladlým máslem. Těsto lehce promícháme a rozetřeme 2 *cm*

vysoko na syrovým máslem potřený a moukou posypaný plech. Upečeme je v dobře vyhřáté troubě do růžova a pak dáme vychladnouti.

Poleva: 15 *dkg* pudrového cukru, lžíci vařící vody a podle potřeby rumu třeme v míse tak dlouho, až je poleva hustá a hladká.

Rozpočet: 9 *dkg* cukru - 3 žloutky - citr. kůru - tluč. vanilku - kávovou lžičku rumu - ze 3 bílků tuhý sníh - 5 *dkg* ořechů neb oříšků - 2½ *dkg* čerstvého rozpuštěného másla - 5 *dkg* krupičkové mouky - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky na plech.

Tmavé těsto: prosátý tlučený cukr a žloutky třeme tak dlouho, až vše zhoustne (20 minut). Pak přidáme strouhanou čokoládu, z bílků tuhý sníh, strouhané ořechy a krupičkovou mouku. (Máslo a rum se nedává.) Lehce promíchané těsto rozetřeme 2 *cm* vysoko na máslem potřený a moukou posypaný plech a upečeme je v mírnější troubě. Upečené těsto dáme vychladnouti. Když vychladlo, nakrájíme je na stejné pruhy, potřeme dobrou zavařeninou, načež ze světlého těsta nakrájíme stejné čtverečky neb obdélníčky, složíme je na zavařeninu a dokrájíme řezy. Potom polijeme povrchu řezy rumovou polevou.

Rozpočet: 9 *dkg* cukru - 3 žloutky - 5 *dkg* čokolády - 5 *dkg* ořechů neb oříšků - 5 *dkg* mouky - ze 3 bílků tuhý sníh - 10 *dkg* malinové zavařeniny - 2 *dkg* másla a 2 *dkg* mouky.

Dvojité řezy s kávovou polevou.

Na malém plechu, vymazaném syrovým máslem a vysypaném moukou, rozetřeme na 2 *cm* vysoko mandlové těsto a upečeme je do růžova. Na jiném plechu rovněž máslem vymazaném a moukou vysypaném rozetřeme na 2 *cm* vysoko čokoládové těsto a v mírnější troubě je upečeme do růžova. Upečené plásty potřeme meruňkovou zavařeninou, složíme na sebe, nakrájíme na kosočtverce, polijeme je kávovou polevou, ozdobíme opraženými, loupanými lískovými oříšky a dáme oschnouti. Pak řezy složíme do papírových košíčků.

Kávová poleva (viz Kávové trojhránky str. 338).

Rozpočet: *na mandlové těsto:* 10½ *dkg* tlučeného cukru - 3 žloutky - 3 celá vejce - 10½ *dkg* loupaných, strouhaných mandlí třeme v míse, až vše zhoustne (30 minut). Pak přimícháme 7 *dkg* krupičkové mouky a z 1 citronu jemně ustrouhanou kůru. Z těsta uděláme plást, který do růžova upečeme. - 2 *dkg* másla a 2 *dkg* mouky na plech - 15 *dkg* meruňkové zavařeniny.

Rozpočet: *na čokoládové těsto:* 10½ *dkg* tlučeného cukru - 5 *dkg* loupaných strouhaných mandlí - 1 celé vejce a 2 žloutky mícháme půl hodiny. Pak přimícháme 5 *dkg* strouhané čokolády - 1½ lžíce rozpuštěného másla - 2 *dkg* chlebových drobečků, navlhčených lžičkou rumu a naposled zlehka přidáme ze 3 bílků tuhý sníh - 1 *dkg* krupičkové mouky a plást upečeme do růžova. 2 *dkg* másla a 2 *dkg* mouky na plech.

Kávové řezy.

Tlučený, prosátý cukr, žloutky, strouh. citr. kůru a tlučenou vanilku třeme v míse, až těsto zhoustne (20 minut). Pak přidáme tuhý sníh střídavě s tlučeným griliášem, rozehřátým, prochladlým máslem, krupičkovou moukou, rozemletými oříšky neb mandlemi. Lehce promíchané těsto rozetřeme na 2 *cm* vysoko na máslem potřený a moukou vysypaný plech a upečeme je v prostředně horké troubě do bledě-

růžova. Upečené, prochladlé těsto rozdělíme na polovinu, spojíme kávovým krémem, povrch potřeme rovněž krémem, načež nakrájíme větší řezy, které ozdobíme krémem a pistaciemi neb oloupanými, na tenké plátečky nakrájenými opraženými mandlemi.

Kávový krém: $^1/_8$ *l* studeného syrového mléka, 2 žloutky, 2 *dkg* mouky a 5 *dkg* cukru v hrnečku dobře rozmícháme, načež postavíme hrneček do kastrolu s horkou vodou a na plotně krém mícháme, až zhoustne. Pak jej dáme vychladnouti.

V jiné míse si umícháme do pěny 15 *dkg* čaj. másla, přidáme 15 *dkg* moučkového cukru a znovu umícháme. Pak přidáme vařený, studený krém a 3 lžíce studené silné černé kávy.

Vaření kávy: do $^1/_8$ *l* vařící vody nasypeme 3 *dkg* nejlepší pražené rozemleté kávy, hned odstavíme (vařiti se nesmí!) a dáme vychladnouti. Potom ji hustým sítkem neb čistou utěrkou procedíme.

Griliáš si připravíme jako na griliášové řezy z 5 *dkg* tluč. upáleného cukru a 2½ *dkg* na hrubo rozsekaných oříšků.

Pistacie či zelené mandle jsou jádra z pecek pistacie, které se dovážejí z Italie a koupíme je u každého lahůdkáře. Spařují se horkou vodou jako mandle a oloupanými se zdobí cukrovinky.

Rozpočet těsta: 17 *dkg* cukru - 6 žloutků - citr. kůra - tluč. vanilka - 5 *dkg* tluč. griliáše - 10 *dkg* mouky - 5 *dkg* másla - 7 *dkg* oříšků neb neloup. mandlí - z 8 bílků tuhý sníh - 1 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky na plech - 1 *dkg* pistacií.

Kávové desertky.

Malé kulaté oplatky v průměru asi 12 *cm* přeřízneme na polovinu. Polovinu půlek potřeme asi na 1 *cm* vysoko kávovou nádivkou, druhými půlkami přiklopíme a dáme do studena ztuhnouti. Pak je polijeme kávovou polevou a posypeme opraženými, sekanými oříšky.

Kávová nádivka: 20 *dkg* čajového másla - 20 *dkg* pudrového cukru - ½ *cm* utlučené vanilky dobře umícháme. Pak tam přidáme 1 žloutek, znovu nádivku umícháme, načež stále míchajíce přikapeme 3 lžíce studené silné černé kávy.

Kávová poleva: 20 *dkg* pudrového cukru, podle potřeby horké černé kávy umícháme, až je poleva přiměřeně hustá. Čím déle ji mícháme, tím je lesklejší. — 4 *dkg* oříšků dáme na pánev, opražíme je, zbavíme slupek a usekáme.

Rozpočet: na 15 celých oplatek.

Oplatkové trubičky.

Neslazenou kulatou oplatku položíme na větší žíněné síto a nad párou (nad hrncem s vařící vodou) chvíli podržíme. Když oplatka nepatrně změkne, potřeme ji lehce čajovým rozehřátým máslem, rychle posypeme připravenou směsí a natočíme kolem držadla vařečky. Hotové trubičky složíme na suchý plech a ve vlažné troubě je dosušíme, načež je složíme na mísu a podáváme.

Trubičky můžeme políti čokoládovou polevou a když poleva zaschne, naplníme je ušlehanou smetanou. Přípravu polevy viz Poleva na drobné cukrovinky.

Směs na plnění: jemný cukr, strouhanou čokoládu, mleté oříšky, jemně usekané suché hrozinky nebo citronádu promícháme a nasypeme na oplatky. Hrozinky a citronádu můžeme vynechati.

Rozpočet pro 5 osob: 10 neslazených oplatek v průměru 12—15 *cm* - 4 *dkg* čajového másla. *Na směs:* 6 *dkg* cukru - 5 *dkg* čokolády - 5 *dkg* oříšků - 2 *dkg* hrozinek nebo citronády. *Polevu viz polevy. Na plnění:* ¼ *l* šlehané smetany - 2 *dkg* cukru.

Kávové trojhránky.

Tlučený, prosátý cukr, žloutky a tlučenou vanilku třeme v míse ½ hodiny. Pak přidáváme po lžicích střídavě umleté vlašské ořechy, krupičkovou mouku, do které jsme prosály na špičku nože kypřícího Oetkerova prášku a z bílků tuhý sníh. Lehce promíchané těsto rozetřeme na 1 *cm* vysoko na dobře máslem vymazaný, moukou vysypaný plech a upečeme je v dobře vytopené troubě do růžova.

Vychladlý plást rozkrájíme na stejné pruhy, polovinu jich potřeme kávovou nádivkou, druhou polovinu rozkrájíme na trojúhelníčky, složíme je na nádivku, načež trojúhelníčky dokrájíme. Potom je polijeme kávovou polevou, a když oschla, ozdobíme každý trojhránek kávovou nádivkou a uprostřed zavařenou třešní neb višní a vkládáme je do papírových košíčků.

Nádivka: 16 *dkg* čaj. másla utřeme do hladka, pak přidáme 12 *dkg* jemného moučkového cukru (pudru), 1 syrový žloutek a přikapeme 2 lžíce černé studené kávy. — Umíchanou nádivkou plníme a zdobíme trojhránky.

Poleva: 25 *dkg* pudrového cukru, asi 5 lžic horké černé kávy třeme v míse tak dlouho, až je poleva hladká, načež si cukrovinku položíme na dvouzubou vidličku a lžicí polijeme povrch i strany cukrovinky. Pak necháme cukrovinky na drátěné podložce okapati, a když oschly, ozdobíme je.

Rozpočet těsta: 7 *dkg* cukru - 6 žloutků - vanilka - 10 *dkg* vlašských ořechů - 4 *dkg* krupičkové mouky - na špičku nože kypřícího prášku - ze 6 bílků tuhý sníh - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky na plech.

Ořechové řezy s rumovou polevou.

Tlučený neb práškový prosátý cukr, žloutky, čtvrtinu balíčku kypřícího Oetkerova prášku třeme v míse ½ hodiny. Pak současně se sněhem přidáváme strouhané vlašské ořechy, citronovou kůru a krupičkovou mouku. Těsto rozetřeme 1½ *cm* vysoko na syrovým máslem vymazaný, moukou vysypaný plech a upečeme je do růžova. Studený plást rozkrájíme, potřeme ořechovým krémem, složíme na sebe a povrch polijeme rumovou polevou. Nakrájime čtverečky (ostrým nožem), načež každý ozdobíme půlkou ořechového jádra.

Krém: do 10½ *dkg* čajového másla zamícháme 7½ *dkg* moučkového cukru (pudru), 1 žloutek, 7½ *dkg* umletých vlašských ořechů a na špičku nože tluč. prosáté vanilky.

Rumová poleva: 25 *dkg* pudrového cukru, 1 lžíci vařící vody, asi 4 lžíce rumu třeme v míse tak dlouho, až je poleva hustá.

3 *dkg* vlašských jader na ozdobu.

Rozpočet těsta: na malý plech: 10½ *dkg* cukru - 4 žloutky - čtvrtina balíčku kypřícího prášku (Oetker) - ze 4 bílků tuhý sníh - 10½ *dkg* vlašských ořechů - 1 *dkg* krupičkové mouky - z ¼ citr. kůra - 1 *dkg* másla a 2 *dkg* mouky na plech.

Punčové čtverečky.

Do utřeného másla přidáme žloutky, jeden po druhém, cukr, zrnečko soli, citronovou kůru a třeme, až těsto zhoustne (30 minut). Pak přidáme zlehka po lžicích z bílků tuhý sníh, bílou strouhanou housku, krupičkovou mouku a loupané strouhané mandle. Lehce promíchané těsto rozetřeme na máslem vymazaný, moukou vysypaný plech asi 1½ *cm* vysoko a v dobře vytopené troubě je upečeme do růžova. Upečené těsto rozdělíme na polovinu, jednu potřeme nádivkou, druhou polovinou přikryjeme, povrch polijeme punčovou polevou, nakrájíme čtverečky a ozdobíme je vkusně nakrájenými, zavařenými šipky. Když poleva oschla, složíme je do papírových košíčků.

Nádivka: 7 *dkg* čajového másla, 10 *dkg* pudrového cukru a 2 *dkg* kakaa dobře umícháme, načež přidáme do nádivky ½ kávové lžičky bílého punče a jemně utlučený griliáš připravený ze 7 *dkg* tluč. cukru a 4 *dkg* loup. sekaných mandlí.

Punčová poleva: 20 *dkg* pudrového cukru, 1 lžíci vařící vody a 3 lžíce bílého punče třeme, až poleva zhoustne.

Poznámka: Do každého těsta se sněhem dáváme jen *krupičkovou mouku.*

Rozpočet těsta: 5 *dkg* čaj. másla - 9 *dkg* cukru - zrnečko soli - 5 žloutků - se ¼ citr. kůra - z 5 bílků sníh - 3 *dkg* bílé prosáté housky - 3 *dkg* mouky - 4 *dkg* loupaných mandlí - 1½ *dkg* másla - 2 *dkg* mouky na plech.

Mandlové řezy I.

Do dobře utřeného másla přidáme tluč. cukr a znovu prosátý dobře utřeme. Pak přidáme na špičku nože kypřícího prášku, loupané strouhané mandle, tlučenou vanilku, z bílků tuhý sníh současně s moukou. Těsto rozetřeme na malý, máslem vymazaný, moukou vysypaný plech asi na 2 *cm* vysoko a zvolna je upečeme do růžova. — Upečené těsto v půli překrojíme, spojíme zavařeninou, povrch potřeme mramorovou polevou, načež nakrájíme řezy.

Mramorová poleva: 15 *dkg* pudrového cukru, 1 bílek, asi 4 kapky neb 1 kávovou lžičku citronové šťávy dobře umícháme, aby byla poleva patřičně hustá a lesklá. Umíchanou hladkou polevu rozetřeme na upečené pečivo. Pak polevu pokapeme rozpuštěnou čokoládou a špikovací jehlou nebo vidličkou rychle mřížkujeme, takže poleva vypadá jako žíhaný mramor. 2 *dkg* čokolády.

Rozpočet těsta: 10 *dkg* másla - 14 *dkg* cukru - 10 *dkg* spařených loupaných strouh. mandlí - 15 *dkg* mouky - na špičku nože kypřícího prášku - tluč. vanilka - ze 6 bílků tuhý sníh - 12 *dkg* jahodové neb malinové zavařeniny - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky na plech.

Mandlové řezy II.

Na vál si připravíme hladkou mouku, cukr, citr. kůru a vanilku. Do toho rozsekáme dobré máslo, připravíme důlek, přidáme studené

mléko a žloutky. Zaděláme těsto a dáme je do studena ztuhnouti. Těsto rozdělíme na 2 díly, jeden díl rozválíme a dáme na máslem potřený, moukou posypaný plech, potřeme nádivkou, přiklopíme druhým rozváleným dílem a dáme do prostředně horké trouby péci do růžova. Upečené těsto přikryjeme ubrouskem, potom posypeme vanilkovým cukrem a krájíme řezy podle libosti.

Nádivka: 10 *dkg* cukru, 2 žloutky, citr. kůru utřeme v míse do husta. Poté přidáme ze 2 bílků tuhý sníh a 10 *dkg* neloupaných strouhaných mandlí neb ořechů a 1 *dkg* strouhané housky. Lehce promíchanou nádivkou potřeme těsto.

Rozpočet těsta: 20 *dkg* mouky - citr. kůra - vanilka - 2 lžíce cukru - 15 *dkg* másla - 2 lžíce mléka - 2 žloutky - 1 *dkg* másla - 1 *dkg* mouky na plech.

Citronové oválky.

Tlučený, prosátý cukr a žloutky třeme 15 minut. Pak přidáme citr. kůru i šťávu a znovu třeme 15 minut. Do utřeného těsta přidáme zlehka tuhý sníh z bílků a prosátou krupičkovou mouku. Těsto rozetřeme na máslem pomazaný, moukou vysypaný plech a upečeme v horké troubě do světlerůžova. Zchladlé těsto vykrájíme formičkou na oválky. Dva oválky spojíme vždy k sobě máslovým krémem, každý polijeme citronovou polevou, ozdobíme nakrájenými šípky neb zavařenou andělikou a když oschly, dáme je do papírových košíčků.

Také můžeme upečené studené těsto rozděliti na polovinu, potříti krémem, nakrájeti na čtverečky, politi je a ozdobiti.

Nádivka. Vařený krém: $^1/_8$ *l* syrového mléka, 2 žloutky, 2 *dkg* mouky, 5 *dkg* cukru a na špičku nože citr. kůry v hrnečku dobře umícháme, načež ve vařící vodě na plotně stále míchajíce necháme zhoustnouti a pak vychladnouti. V míse si zatím umícháme 12 *dkg* čajového másla a 10 *dkg* moučkového cukru, načež přimícháme hustý, studený, vařený krém a několik kapek citronové šťávy.

Citronová poleva. 30 *dkg* pudrového cukru, 2 lžíce vařící vody, podle potřeby citr. šťávy umícháme na hladkou polevu. Na ozdobu 30 v cukru zavařených šípků.

Rozpočet těsta: 15 *dkg* cukru - 5 žloutků - z 1 citronu šťáva i kůra - 12 *dkg* mouky - z 5 bílků sníh - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky na plech.

Horské řezy.

Tlučený prosátý cukr a žloutky dobře utřeme, pak přidáme rum a vanilku. Vše znovu utřeme, načež přimícháme lehce z bílků sníh a mouku. Těsto upečeme na máslem pomazaném, moukou vysypaném plechu do růžova. Zchladlé těsto naplníme máslovým krémem, polijeme povrchu kávovou neb čokoládovou polevou, nakrájíme řezy, které ozdobíme máslovým krémem a dáme je do papírových košíčků.

Krém: $^1/_8$ *l* mléka, 2 žloutky, 2 *dkg* mouky a 5 *dkg* cukru v hrnečku umícháme a v horké vodě necháme na plotně stále míchajíce zhoustnouti.

Studený krém zamícháme do 20 *dkg* utřeného másla s 20 *dkg* pudrového cukru, načež zamícháme do nádivky 1 lžičku rumu a trochu

prosáté tluč. vanilky. — Polevy viz Ořechové nebo kávové řezy! — (20 *dkg* pudrového cukru a 3 *dkg* kávy.)

Rozpočet těsta: 18 *dkg* cukru - 6 žloutků - lžíce rumu - vanilka - ze 6 bílků sníh - 14 *dkg* mouky - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky na plech.

Duhové řezy.

I. těsto: 6 žloutků, 18 *dkg* tlučeného, prosátého cukru a tlučenou vanilku dobře utřeme, pak přidáme 1 lžíci rumu, znovu mícháme, načež přimícháme ze 6 bílků tuhý sníh a 12 *dkg* mouky. Těsto rozetřeme na máslem vymazaný, moukou vysypaný plech a upečeme je v mírnější troubě. Prochladlé rozdělíme na polovinu.

II. těsto: ze 4 žloutků, 12 *dkg* cukru, vanilky, rumu, sněhu ze 4 bílků a 8 *dkg* mouky si připravíme opět piškotové těsto a rozdělíme je na polovinu. Jedno obarvíme červeným bretonem, druhé kakaem na hnědo a upečeme vedle sebe na máslem pomazaném, moukou posypaném plechu do růžova v prostředně horké troubě.

Z upečeného barevného těsta nakrájíme kostky, namáčíme je lehce v rumovém neb punčovém krému a klademe je střídavě na polovinu z prvého těsta, kterou jsme potřely zavařeninou a krémem a vložily do suché chlebíčkové formy. Druhou polovinu těsta přiložíme navrch, zatížíme prkénkem, pak vyklopíme a polijeme mramorovou polevou a nakrájíme řezy.

Krém: $^1/_8$ *l* vody, 2 žloutky, 2 *dkg* mouky a 5 *dkg* cukru promícháme a v horké vodě na plotně v hrnečku necháme zahoustnouti. Do vychladlého přidáme ¼ *l* rumu nebo ¼ *l* bílého punče a 2 *dkg* cukru. — 15 *dkg* zavařeniny.

Poleva. Do 20 *dkg* pudrového cukru přidáme 2 lžíce vařící vody, podle potřeby rumu nebo punče a polevu dobře umícháme, část polevy obarvíme na růžovo bretonem a na povrchu ozdobíme jako mramorovou polevu (viz Mandlové řezy str. 339).

Třešňové koláčky.

Hladkou mouku, moučkový cukr, strouhanou čokoládu, na špičku nože amonia nebo kypřicího prášku, strouhanou citr. kůru a vanilku na vále promícháme, přidáme máslo, které drobně rozsekáme. Poté přidáme žloutek, celé vejce, válečkem vypracujeme těsto a na ¼ hod. je dáme odpočinouti do studena. Pak je rozválíme na 3 *mm* silně, vykrájíme koláčky, složíme je na máslem potřený, moukou posypaný plech a upečeme v mírné troubě. Upečené spojíme vždy 2 a 2 zavařeninou a ozdobíme máslovým krémem a čerstvými neb zavařenými višněmi neb třešněmi neb rybizem.

Máslový krém: $^1/_8$ *l* mléka, 1 *cm* vanilky, 2 žloutky, 3 *dkg* mouky, 5 *dkg* cukru v hrnečku rozkverláme, pak jej postavíme na plotnu do horké vody a mícháme, až vše zhoustne, načež dáme krém vychladnouti. Mezitím si umícháme v míse 15 *dkg* čajového másla s 15 *dkg* pudrového cukru a 2 *dkg* kakaa. Do toho přidáme studený vařený krém, vše dobře zamícháme, dáme do kornoutu s hvězdičkovou trubičkou a ozdobíme koláčky. — ¼ *kg* višní neb zavařených třešní.

Rozpočet na těsto: 35 *dkg* hladké mouky - 7 *dkg* cukru - 7 *dkg* čokolády - citr. kůra - vanilka - 21 *dkg* másla - na špičku nože amonia - 1 žloutek - 1 vejce - 3 *dkg* mouky na vál - 10 *dkg* malinové zavařeniny - 1 *dkg* másla - 1 *dkg* mouky na plech.

Piškotové proužky.

Odvážíme si tlučeného cukru tolik, kolik váží 3 vejce a právě tolik mouky. Pak kolik váží 3 vejce, dohromady si odvážíme mandle, hrozinky a čokoládu.

Cukr dáme do mísy, přidáme k němu 3 celá vejce, citr. kůru, utluč. vanilku a vše šleháme asi ½ hodiny. Potom přidáme očištěné hrozinky, neloupané, na kostečky nakrájené mandle a na kostečky nakrájenou čokoládu. Čokoláda se dá do vlahé trouby změknouti, pak se nakrájí, nechá ztvrdnouti, načež se přidá do těsta. Naposled do něho lehce zamícháme mouku. Malý plech vymažeme syrovým máslem, vysypeme moukou, těsto na něj asi 2½ *cm* silně rozetřeme, zahradíme papírem a dáme do dobře vytopené trouby rychleji upéci. Prochladlé těsto nakrájíme na proužky. — Podáváme je k čaji neb vínu. — 1½ *dkg* másla, 1½ *dkg* mouky na plech.

Cukrovinky ze zbytků polevy.

Různé zbývající polevy smícháme (punčová, citronová, kávová neb čokoládová), dáme do mísy, přidáme vejce, podle potřeby piškotových drobečků neb strouhaných oříšků, dobře zamícháme, z tuhé hmoty upravíme kuličky a dáme je oschnouti na pocukrované prkénko. Pak je polijeme čokoládovou polevou, ozdobíme zavařenou višní neb šípkem a dáme do papírových košíčků.

Cukrovinky z piškotových drobečků.

Prosátý pudrový cukr, bílek, citronovou šťávu utřeme v mise do husta. Pak přidáme opražené lískové oříšky a podle hustoty piškotových strouhaných drobečků. Z tuhé hmoty uděláme kuličky, dáme je oschnouti, načež je polijeme hustou bílou punčovou neb citronovou polevou a ozdobíme pistacií neb zavařeným šípkem a vložíme je do papírových košíčků.

Rozpočet: 10 *dkg* pudru cukru - 1 bílek - lžíce citronové šťávy - 5 *dkg* oříšků a asi 10 *dkg* piškotových drobečků (podle hustoty) - 2 *dkg* pudru cukru na prkénko. *Polevu* viz Polevy, str. 415. - ½ *dkg* pistacií na ozdobu - papírové košíčky.

Ořechový chlebíček I.

Tlučený prosátý cukr, citr. kůru, tlučenou vanilku a celá vejce třeme v mise pilně 25 minut. Pak přidáme strouhané vlašské ořechy a krupičkovou mouku, z těsta uděláme na vále 2 válečky, dáme je na máslem potřený plech, potřeme je umíchaným vajíčkem a upečeme při mírném ohni. Upečené, teplé opatrně nakrájíme a studené podáváme.

Rozpočet: 28 *dkg* cukru - 3 celá vejce - citr. kůru - vanilku - 14 *dkg* strouh. ořechů - 28 *dkg* krupičkové mouky - 2 *dkg* másla na plech a 1 vejce na potření - 5 *dkg* mouky na vál.

Biskupský chlebíček I.

Tlučený prosátý cukr, žloutky, strouhanou citronovou kůru a prosátou tlučenou vanilku třeme, až to zhoustne (15 minut). Poté přimícháme neloupané usekané mandle, přebrané hrozinky a na kostečky nakrájenou citronádu neb zavařenou dýni. Naposled zamícháme zlehka do těsta z bílků tuhý sníh a krupičkovou mouku. Formu na chlebíček vymažeme syrovým máslem, vysypeme moukou, těsto do ní stejnoměrně rozetřeme a zvolna pečeme asi ½—¾ hodiny. Studený chlebíček druhý den nakrájíme na 1 *cm* silné plátky a pocukrujeme.

Rozpočet: *Malá forma:* 14 *dkg* cukru - 4 žloutky - s ½ citronu kůru - 3 *cm* vanilky - 5 *dkg* mandlí - 10 *dkg* hrozinek - 5 *dkg* citronády neb zavařené dýně - ze 4 bílků sníh - 12 *dkg* mouky - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky.

Biskupský chlebíček II.

V míse umícháme do pěny máslo, přimícháme tlučený, prosátý cukr, žloutky, strouhanou citronovou kůru a třeme pilně 30 minut. Pak přidáme žluté hrozinky (sultánky), černé hrozinky (nebo nakrájené kandisované višně nebo naložené černé ořechy), neloupané usekané mandle, na kostečky nakrájenou a v cukru naloženou pomorančovou kůru nebo citronádu. Naposled zamícháme zlehka do těsta z bílků tuhý sníh a krupičkovou mouku. Formu na chlebíček vymažeme syrovým máslem, vysypeme moukou, těsto do ní stejnoměrně rozetřeme a zvolna pečeme ¾—1hod. Studený chlebíček polijeme citronovou polevou neb jej pocukrujeme a druhý den nakrájíme na 1 *cm* silné řezy.

Polevu si připravíme z 15 *dkg* pudrového cukru, 2 lžic vařící vody a podle potřeby citronové šťávy.

Rozpočet: *Malá forma:* 7 *dkg* másla - 7 *dkg* cukru - 4 žloutky - vanilka - s ½ citronu kůra - 3 *dkg* hrozinek sultánek - 3 *dkg* černých hrozinek, ořechů neb višní - 3 *dkg* neloupaných mandlí - 3 *dkg* pomorančové kůry - ze 4 bílků sníh - 14 *dkg* krupičkové mouky - 2 *dkg* másla a 2 *dkg* mouky na formu.

Bílkový chlebíček.

Neloupané mandle, očištěné hrozinky, zavařenou dýni neb kdoulový sýr a citronádu nakrájíme na nudličky, změklou čokoládu na kostečky a máslo rozpustíme. Z bílků ušleháme si tuhý sníh, do něho zašleháme po lžicích tlučený, prosátý cukr, lehce zamícháme rozkrájené ovoce, mouku, máslo a rum. Těsto rozetřeme do máslem vymazané, moukou vysypané chlebíčkové formy a pečeme v mírné troubě asi 1 hodinu. Prochladlý chlebíček vyklopíme a druhý den nakrájíme. Tento chlebíček můžeme políti čokoládovou polevou.

Do bílků můžeme přidati 1 lžíci studené vody.

Rozpočet: 8 bílků - 28 *dkg* cukru - 14 *dkg* mandlí - 10 *dkg* hrozinek - 10 *dkg* čokolády - 5 *dkg* kdoulového sýra neb zavařené dýně - 5 *dkg* citronády -

14 *dkg* krupičkové mouky - 5 *dkg* rozpuštěného vychladlého másla - 1 lžíci rumu - 2 *dkg* másla a 2 *dkg* mouky na formu.

Trojbarevný chlebíček.

Do utřeného másla zamícháme cukr, žloutky a mícháme, až těstíčko zhoustne. Pak přidáme rum, vanilku a lehce přimícháme sníh z bílků a krupičkovou mouku. Třetinu těsta vložíme do máslem vymazané, moukou vysypané chlebíčkové formy, druhé $^2/_3$ obarvíme, jednu kakaem, druhou červeným bretonem a složíme je po sobě do formy na bílou vrstvu. Chlebíček pečeme v mírné troubě do červena 1 hodinu. Zchladlý nakrájíme. Breton jest neškodné barvivo, které koupíme u materialisty.

Rozpočet: 25 *dkg* másla - 25 *dkg* cukru - 6 žloutků - lžíce rumu - vanilka - 28 *dkg* krupičkové mouky - z 8 bílků sníh - 2 *dkg* kakaa - 2 kapky bretonu - 2 *dkg* másla a 2 *dkg* mouky na formu.

Ovocný chlebíček I.

V míse mícháme do husta tlučený cukr, vejce a citr. kůru. Pak přidáváme na kostečky nakrájené fíky, citronádu a na nudličky nakrájené neloupané mandle, datle, očištěné hrozinky a přisypeme krupičkovou mouku. Těsto dáme na moukou posypaný vál, uděláme z něho dlouhý váleček, položíme jej na máslem potřený plech, povrchu jej potřeme vajíčkem a pečeme v mírné troubě do červena. Druhý den nakrájíme.

Rozpočet: 15 *dkg* cukru - 2 velká vejce - z ½ citr. sekané kůry - 14 *dkg* fíků - 14 *dkg* citronády - 15 *dkg* mandlí - 14 *dkg* datlí - 14 *dkg* hrozinek - 14 až 20 *dkg* krupičkové mouky - 1 *dkg* másla na plech - 1 vejce na potření.

Ovocný chlebíček II.

Očištěné hrozinky, datle, fíky, citronádu, v cukru naloženou pomorančovou kůru a loupané mandle nakrájíme na jemné nudličky. Vše vložíme do porcelánové misky, polijeme rumem, přikryjeme talířem a necháme tak do druhého dne. Potom si v míse umícháme do husta máslo, vanilku, moučkový cukr a žloutky (30 minut). Poté přidáme rumem navlhčené ovoce, tlučené koření, z bílků tuhý sníh současně s krupičkovou moukou. Formu na chlebíček vymažeme máslem, vysypeme moukou, těsto do ní nalijeme a zvolna chlebíček pečeme 1½ hod. Studený vyklopíme a třetí až čtvrtý den nakrájíme. Čím starší, tím chutnější.

Rozpočet: *První den:* 14 *dkg* hrozinek - 3 *dkg* datlí - 4 *dkg* fíků - 4 *dkg* mandlí - 4 *dkg* pomorančové kůry - 7 *dkg* citronády - ⅛ *l* rumu. — *Druhý den:* 14 *dkg* másla - 7 *dkg* cukru - vanilku - 2 žloutky - 1 nové koření - 2 hřebíčky - trochu tlučené skořice - 2 bílky na sníh - 14 *dkg* mouky - 2 *dkg* másla a mouku na formu.

Ořechový chlebíček II.

Tlučený prosátý cukr, žloutky, citronovou kůru a vanilku třeme v míse ¼ hod. Poté přidáme tuhý sníh z bílků současně s rozstrouha-

nými vlašskými ořechy a strouhanou houskou. Formu na chlebíček vymažeme máslem a vysypeme moukou, pak ji naplníme těstem a v prostředně horké troubě chlebíček upečeme do růžova. Prochladlý vyklopíme a studený nakrájíme druhý den na 1 *cm* silné plátky. Podáváme jej k vanilkové zmrzlině.

Rozpočet: 10 *dkg* cukru - 4 žloutky - citr. kůra - vanilka - 10 *dkg* ořechů - ze 4 bílků sníh - 3 *dkg* housky - 2 *dkg* másla a mouka na formu.

Suchar.

Celé vejce a moučkový prosátý cukr šleháme v kotlíku ½—¾ hod. Pak do toho zamícháme citr. kůru, tlučenou vanilku, sekané ořechy neb oříšky, očištěné hrozinky a krupičkovou mouku. Formu na chlebíček vymažeme syrovým máslem, vysypeme moukou, těsto do ní nalijeme a v mírné troubě upečeme suchar do růžova. Úplně studený nakrájíme na plátky.

Rozpočet: 28 *dkg* cukru - 6 vajec - citr. kůra - vanilka - 15 *dkg* ořechů - 10 *dkg* hrozinek - 28 *dkg* krupičkové mouky - 2 *dkg* másla a mouka na formu.

Černý suchar.

Celá vejce a tlučený prosátý cukr šleháme tak dlouho, až zhoustne (½ hod.). Pak přidáme na špičku nože skořici, citr. kůru, tlučený hřebíček a lehce zamícháme na nudličky nakrájené mandle neb oříšky, očištěné hrozinky, strouhanou čokoládu, na kostečky nakrájenou citronádu nebo naloženou pomorančovou kůru a krupičkovou mouku. Lehce promíchané těsto rozetřeme do máslem vymazané, moukou vysypané chlebičkové formy a v mírné troubě pečeme suchar 1 hod. Druhý den je nakrájíme, obalíme vanilkovým cukrem a v mírné troubě osušíme.

Rozpočet: 5 vajec - 25 *dkg* cukru - na špičku nože skořice - 2 tluč. hřebíčky - ze ¼ citr. kůra - 21 *dkg* mandlí neb oříšků - 21 *dkg* hrozinek - 8 *dkg* citronády neb pomorančové kůry naložené - 5 malých tabulek strouhané čokolády (15 *dkg*) - 21 *dkg* krupičkové mouky - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky na formu - 10 *dkg* vanilkového cukru.

Komisní chlebíček.

Prosátý tlučený cukr a žloutky třeme ½ hod. Pak přimícháme trochu tlučené skořice, hřebíčku, změklou, na kostky nakrájenou čokoládu, na kostečky nakrájené oříšky neb mandle, z bílků sníh a krupičkovou mouku. Vymazaný, vysypaný plech vyložíme bílými oplatkami, na ně rozetřeme těsto na 1 *cm* vysoko, zahradíme čistým papírem a dřevem a dáme zvolna péci do trouby. Teplý chlebíček nakrájíme na libovolné řezy.

Rozpočet: 14 *dkg* cukru - 3 žloutky - trochu skořice - 2 tluč. hřebíčky - 2 tabulky čokolády (6 *dkg*) - 14 *dkg* oříšků - ze 3 bílků sníh - 14 *dkg* krupič. mouky - 1 *dkg* másla - 1 *dkg* mouky na plech - 3 bílé oplatky. (Koupíme u materialisty.)

Mandlový chlebíček.

Tlučený cukr a celá vejce mícháme v mise ½ hod. Pak přidáme tlučenou skořici, hřebíčky, citr. kůru, rozválené amonium, neloupané na hrubo nakrájené mandle neb oříšky a krupičkovou mouku. Plech vytřený máslem, vysypaný moukou vyložíme bílými oplatkami, těsto na něj na 1 *cm* vysoko rozetřeme, zahradíme a v mírné troubě upečeme do růžova. Teplé nakrájíme a pocukrujeme.

Rozpočet: 25 *dkg* cukru - 4 celá vejce - trochu skořice - 2 tluč. hřebíčky - citronová kůra - na špičku nože amonia - 8 *dkg* neloup. mandlí - 25 *dkg* krupič. mouky - 1 *dkg* másla - 1 *dkg* mouky - 3 oplatky - 2 *dkg* cukru s tluč. vanilkou.

Piškoty.

Jemný, prosátý cukr a žloutky třeme ½ hod., až zhoustnou. Pak lehce přimícháme z bílků sníh a jemnou krupičkovou mouku. Papírový kornout opatříme hladkou trubičkou, těsto do něho vložíme a na plech vyložený pomaštěným papírem stříkáme stejné piškoty. Povrchu je posypeme tluč. cukrem a v mírnější troubě je upečeme. Upečené prochladlé odkrájíme s papíru.

Tyto piškoty mohou se podávati malým dětem.

Rozpočet: 20 *dkg* cukru - 8 žloutků - ze 7 bílků sníh - 25 *dkg* mouky - 6 *dkg* cukru na posypání - papír na plech a kornout - 1 *dkg* másla.

Indiánky.

Jemně utlučený, prosátý cukr, žloutky, vanilku, citr. kůru třeme v mise, až těstíčko zhoustne. Pak přidáme z bílků tuhý sníh současně s krupičkovou moukou. Formičky na indiánky vymažeme máslem, vysypeme moukou, naplníme těstem a v mírnější troubě upečeme do růžova. Polovinu indiánků vydlabeme, druhou polovinu jich polijeme čokoládovou polevou a necháme na drátěné podložce osušiti. První vydlabanou nepolitou polovinu indiánků složíme do papírových košíčků, naplníme je hodně vysoko šlehanou smetanou neb krémem a přiklopíme politým oschlým indiánkem.

Také se mohou místo čokoládové polevy políti kávovou polevou. Do piškotového těsta můžeme při tření přidati 1 lžíci studené vody.

Krém do indiánků místo smetany. Do tuhého sněhu ze 3 bílků zašleháme 10 *dkg* cukru a zamícháme lehce 2 *dkg* strouhané čokolády a 10 *dkg* strouhaných neloupaných oříšků.

Rozpočet těsta: 15 *dkg* cukru - 6 žloutků - vanilka - citr. kůra - ze 6 bílků tuhý sníh a 16 *dkg* krupičkové mouky - 2 *dkg* másla a 2 *dkg* mouky na formičky - ¼ *l* šlehané smetany a 3 *dkg* cukru do ní. — *Poleva:* 12 *dkg* čokolády - 1 lžíce vody - 1 *dkg* másla - 20 *dkg* cukru - ¼ *l* vody. — Příprava jako na ořech. řezy, viz str. 331. Čokoládovou polevu dáme nad páru (na hrnec s horkou vodou), aby při polévání tak rychle netuhla.

Cukrové brambory.

Připravíme si těsto jako na indiánky. Potom z něho upečeme docela malé indiánky, vydlabané naplníme krémem, smetanou, neb jen

je potřeme zavařeninou a spojíme vždy dva k sobě tak, aby byly kulaté jako brambory. Takto připravené obalíme mandlovým těstem, posypeme strouhanou čokoládou, neb je obalíme kakaovým práškem, nahoře je pěkně nařízneme, aby vyhlížely jako pečené puklé brambory, načež je složíme do papírových košíčků.

Mandlové těsto: 20 *dkg* oloupaných, jemně strouhaných mandlí neb oříšků smícháme s 1 vejcem a dobře v hmoždíři utlučeme. Pak je dáme na vál, přidáme k nim 20 *dkg* nejjemnějšího moučkového cukru (t. j. pudr. cukr), vypracujeme těsto, vyválíme je na 3 *mm* silně, vykrájíme potřebně velká kolečka a zabalíme do nich naplněné piškoty. Trochu je vodou slepíme, ještě obalíme kakaem neb čokoládou, nařízneme a vařečkou ozdobíme. — 2 *dkg* kakaa neb 3 tabulky čokolády.

Rozpočet těsta: 15 *dkg* cukru - 6 žloutků - vanilka - citr. kůra - ze 6 bílků sníh - 16 *dkg* mouky - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky na formičky - ¼ *l* šlehané smetany - 3 *dkg* cukru neb polovina krému jako na indiánky - 10 *dkg* zavařeniny.

Oříškové dortíčky I.

Máslo utřeme do pěny, načež přidáme cukr a žloutky a třeme 15 minut. Pak přidáme tluč. vanilku, rum, znovu utřeme a lehce přimícháme tuhý sníh z bílků zároveň se strouhanými, opraženými oříšky a krupičkovou moukou. Těsto rozetřeme na pomazaný a posypaný plech na 1 cm silně a upečeme v přiměřeně horké troubě. Z vychladlého vykrájíme malá kolečka, 2 a 2 spojíme krémem a polijeme je citronovou polevou nebo bretonem na růžovo obarvenou, a ozdobíme ořechy nebo zavařeným ovocem.

Krém: dobře utřeme 12 *dkg* cukru, 2 žloutky, vanilku a lžíci rumu, pak přidáme 12 *dkg* strouhaných ořechů nebo mandlí. Umíchanou nádivkou plníme dortíčky. Růžovou polevu viz Pařížské dortíčky.

Rozpočet těsta: 10 *dkg* másla - 10 *dkg* cukru - 3 žloutky - lžíce rumu - vanilka - ze 4 bílků sníh - 10 *dkg* strouhaných oříšků - 8 *dkg* mouky - 1½ *dkg* másla - 2 *dkg* mouky.

Oříškové dortíčky II.

Do utřeného másla zamícháme žloutky, vanilku, cukr a třeme 15 minut. Pak přidáme z bílků tuhý sníh současně s rozstrouhanou houskou, navlhčenou lžící rumu, rozstrouhané, opražené oříšky a mouku. Na pomazaném a moukou posypaném plechu těsto na 1 *cm* rozetřeme a v horké troubě upečeme do růžova. Z upečeného, vychladlého těsta vykrájíme malé dortíčky, vždy 2 spojíme máslovým krémem, polijeme čokoládovou polevou a ozdobíme oříšky.

Krém: $^1/_{16}$ *l* mléka, 1 žloutek, 1 *dkg* mouky a 2½ *dkg* tlučeného cukru umícháme a pak mícháme ve vařící vodě v hrnečku, až krém zhoustne. Hustý a studený krém zamícháme do 7½ *dkg* másla utřeného se 7½ *dkg* pudrového cukru. Pro chuť přidáme 1 lžičku bílého punče. — *Poleva* viz Čokoládové kostky. - 5 *dkg* oříšků na ozdobu.

Rozpočet těsta: 6 *dkg* másla - 5 žloutků - 14 *dkg* cukru - vanilka - 10 *dkg* oříšků - 6 *dkg* strouh. housky - lžíce rumu - 6 *dkg* mouky - ze 6 bílků sníh - 1 *dkg* másla a 2 *dkg* mouky na plech.

Čokoládové dortíčky.

Máslo utřeme do pěny, načež do něho přidáme žloutky, cukr, vanilku, citr. kůru a třeme 20 minut. Poté přimícháme strouhanou čokoládu, přidáme zlehka z bílků tuhý sníh současně s neloupanými strouhanými mandlemi a krupičkovou moukou. Plech vymažeme syrovým máslem, vysypeme moukou, těsto na něj rozetřeme na 2 *cm* vysoko, zahradíme papírem a dřevem a v mírnější troubě upečeme. Z prochladlého těsta vykrájíme malým koblihovým kroužkem dortíčky, které spojíme vždy 2 k sobě máslovým krémem, povrchu je polijeme čokoládovou polevou a ozdobíme čokoládovými kuličkami. Pak je vložíme do papírových košíčků.

Nádivka: 15 *dkg* čajového másla umícháme, přidáme 15 *dkg* cukru pudru, vanilku, 1 lžíci studené černé kávy a znovu dobře umícháme. Pak plníme dortíčky. Na kávu $^1/_{16}$ *l* vody a 2 *dkg* kávy.

Polevu viz Ořechové řezy.

Čokoládové kuličky.

Upečené těsto, zbylé po vykrájení dortíčků, ustrouháme, navlhčíme 1 velkou lžící rumu a rukou uděláme malé kuličky, obalíme je ve strouhané čokoládě a hotovými ozdobíme dortíčky 1 tab. čokolády.

Rozpočet těsta: 6 *dkg* másla - 12 *dkg* cukru - citr. kůra - vanilka - 6 žloutků - 6 *dkg* čokolády - 6 *dkg* mandlí - ze 6 bílků sníh - 8 *dkg* mouky - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky na plech.

Pomerančové dortíčky.

V míse dobře umícháme tlučený cukr, žloutky, přidáme citronovou kůru, pomerančovou kůru i šťávu, z bílků tuhý sníh a krupičkovou mouku. Plech vymažeme máslem, vysypeme moukou, těsto na něj rozetřeme a rychle upečeme. Z pečeného ještě teplého těsta vykrajujeme koblihovou formičkou kulaté dortíčky, načež je dáme vychladnouti. Studené spojujeme dva dohromady zavařeninou. Takto upravené dortíčky polijeme hustou citronovou polevou a ozdobíme měsíčkem z pomeranče. Oschlé dortíčky dáváme do papírových košíčků.

Rozpočet na 1 mísu: 12 *dkg* cukru - 4 žloutky - ze ¼ citr. kůra - z ½ pomeranče šťáva - 11 *dkg* krupičkové mouky - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky - 12 *dkg* zavařeniny - 1 pomeranč na ozdobu - papírové košíčky. Polevu viz str. 415.

Karlovarské kroužky.

Na vál si prosijeme hladkou mouku, moučkový cukr a tlučenou vanilku. Pak přidáme prolisované žloutky z vajec uvařených na tvrdo, rozsekáme máslo, přimícháme citr. kůru i šťávu, těstoválečkem dobře propracujeme a dáme do studena. Ztuhlé vyválíme na ¼ *cm* silně, formičkou vykrájíme kroužky, složíme je na máslem potřený, moukou vysypaný plech a upečeme je v mírnější troubě do bledě růžova. Pečené spojíme zavařeninou, polijeme čokoládovou neb růžovou polevou a povrch posypeme loupanými, sekanými pistaciemi.

Poleva: 15 *dkg* cukru, $^5/_{16}$ *l* vody povaříme na silnou nitku, načež horký cukr naléváme stále míchajíce do 9 *dkg* změklé čokolády a ½ *dkg*

másla. Umíchanou ještě horkou polevou poléváme cukrovinky. Polevu růžovou viz Pařížské dortíčky.

Rozpočet těsta: 18 *dkg* hladké mouky - 8 *dkg* cukru - tluč. vanilka - 15 *dkg* másla - 4 vařené prolis. žloutky (bílků můžeme upotřebiti do polévky neb do bramborového salátu) - z ½ citr. kůra i šťáva - 1 *dkg* másla a 1 *dkg* mouky na plech - 1 *dkg* pistacií - 10 *dkg* zavařeniny.

Čokoládové lodičky se smetanou.

Do hladké mouky, moučkového cukru, strouhané čokolády, opražených strouhaných oříšků, tluč. vanilky a strouhané citr. kůry rozsekáme máslo, vypracujeme těsto a dáme je ztuhnouti. Potom těsto nakrájíme na stejné kousky, vtlačíme je do plechových lodiček a upečeme je v nich v dobře vytopené troubě. Prochladlé lodičky vyklopíme, potřeme málo zavařeninou a úplně studené ozdobíme šlehanou slazenou smetanou neb máslovým krémem a čerstvými neb zavařenými jahodami.

Na ozdobu ¼ *l* šleh. smetany, 3 *dkg* cukru aneb *máslový krém:* 18 *dkg* čaj. másla umícháme, přidáme 18 *dkg* pudrového cukru a 1 lžíci bílého punče. Dobře nádivku umícháme a pomocí kornoutu s hvězdičkou ozdobíme lodičky.

Rozpočet těsta: 21 *dkg* hladké mouky - 7 *dkg* cukru - 4 *dkg* lískových oříšků - 4 *dkg* čokolády - citronová kůra - vanilka - 14 *dkg* másla - 5 *dkg* zavařeniny.

Čokoládové rohlíčky.

V míse umícháme do pěny máslo, přimícháme moučkový prosátý cukr, strouhanou čokoládu, tlučenou skořici, tlučený hřebíček, neloupané strouhané mandle, žemli a hladkou mouku. Umíchané těsto dáme do studena ztuhnouti. Potom z něho nakrájíme kousky, dělámeválečky, obalíme je moukou a vtlačujeme lehce do dřevěné formičky na rohlíček, ze které vždy rohlíček vyklopíme, nožem přeneseme na máslem potřený, moukou posypaný plech a v málo vyhřáté troubě upečeme rohlíčky do růžova. Pak je upravíme na mísu a málo pocukrujeme. Tyto rohlíčky můžeme též upéci v plechových formičkách na rohlíčky, aneb na plechu papírem vyloženém.

Rozpočet: 16 *dkg* másla - 22 *dkg* cukru - 6 *dkg* čokolády - 18 *dkg* neloup. mandlí - 1 hřebíček - 2 *cm* tluč. skořice - 5 *dkg* hladké mouky do těsta - 5 *dkg* krupičkové mouky na vál - 1 *dkg* másla - 2 *dkg* krupičkové mouky na plech - 1 *dkg* vanilkového cukru - 1 *dkg* strouhané žemle.

Oříškové rohlíčky.

Neloupané strouhané oříšky, moučkový cukr, citr. kůru a vanilku dáme na vál, přidáme bílky, vypracujeme v těsto, ze kterého nakrájíme kousky, obalíme v cukru a vtlačujeme do dřevěné formičky. Pak je vyklopíme, složíme na povoskovaný plech a v málo vyhřáté troubě je pečeme do bleděrůžova. Také můžeme tyto rohlíčky políti čokoládovou polevou neb jen pocukrovati. Hodí se na vánoční stromeček.

Voskování plechu: Ohřátý plech rychle potřeme bílým čistým voskem (kupuje se jen u voskáře) a dáme vychladnouti. Teprve na studený plech klademe cukrovinky.

Rozpočet: 14 *dkg* oříšků - 14 *dkg* cukru - citr. kůra - vanilka - 2 bílky - vosk.

Důlkové koláčky.

V míse umícháme do pěny čerstvé máslo, pak přidáme převařené máslo, znovu dobře umícháme, načež přisypeme moučkový prosátý cukr, žloutky, citr. kůru a vanilku a zase umícháme. Naposled přimícháme hladkou prosátou mouku a na vále zpracujeme lehce v těsto. Uděláme z něho hodně malé kuličky, do každé uděláme obrácenou vařečkou opatrně důlek, potřeme je vajíčkem, obalíme je loupanými sekanými mandlemi neb oříšky, složíme na plech papírem vyložený a dáme do druhého dne do studena. Pak koláčky upečeme v mírnější troubě do růžova, do důlku dáme zavařeninu a pocukrujeme je.

Rozpočet: 14 *dkg* čerstvého másla - 14 *dkg* převařeného (šmolce) másla - 14 *dkg* moučkového cukru - 3 žloutky - citr. kůra - vanilka - 42 *dkg* hladké mouky - 1 arch papíru - 1 vejce na potření - 10 *dkg* mandlí - 10 *dkg* meruňkové zavařeniny. Jak připravujeme převařené máslo, viz str. 251.

Čokoládový kmen.

Do tuhého sněhu z bílků zašleháme po lžicích tlučený cukr, načež lehce zamícháme trochu citr. kůry, žloutky, po kapkách rozehřáté prochladlé máslo a krupičkovou mouku. Plech vymažeme syrovým máslem, vysypeme moukou, těsto na něj 1 *cm* vysoko rozetřeme a upečeme v prostředně horké troubě dosti rychle, aby se neusušilo. Na upečené horké těsto položíme papír tak velký, jako jest plocha těsta a s papírem zatočíme na závin a dáme vychladnouti. Studený závin rozbalíme, zbavíme papíru, plochu potřeme čokoládovým krémem a zatočíme opět na závin. Ze zbylého krému pomocí kornoutku a hvězdičkové trubičky vystříkáme na povrchu pásy, na ty uděláme kolečka, doprostřed nich vložíme rozpůlené loupané mandle jako suky a na povrchu posypeme kmen loup. sekanými pistaciemi. Potom kmen položíme na dlouhou mísu, kterou jsme vyložily ozdobným, zeleným, vystřihaným papírem.
Krém: do 24 *dkg* umíchaného másla zamícháme 30 *dkg* pudrového cukru, 6 *dkg* změklé čokolády a 1 žloutek. Na posypání 2 *dkg* pistacií a 1½ *dkg* mandlí na suky.

Rozpočet těsta: Ze 7 bílků sníh - 11 *dkg* cukru - citr. kůra - 7 žloutků - 6 *dkg* másla - 11 *dkg* krupičkové mouky - 2 *dkg* másla a mouky na plech.

Srnčí hřbet.

Do utřeného másla přidáváme žloutky jeden po druhém, tlučený cukr, citr. kůru, skořici, hřebíček a třeme v míse 25 minut. Do toho pak zamícháme strouhanou čokoládu a zároveň se sněhem z bílků lehce zamícháme strouhané, neloupané mandle a strouhanou housku rumem navlhčenou. Formu na srnčí hřbet vymažeme máslem, vysypeme

moukou, naplníme těstem a pečeme 1 hod. Když hřbet trochu vychladne, vyklopíme jej, žlábek vyplníme zavařeninou a celý polijeme čokoládovou polevou. Potom ozdobíme hřbet loupanými, na nudličky nakrájenými mandlemi.

Rozpočet: 14 *dkg* másla - 14 *dkg* tluč. cukru - citr. kůra - na špičku nože skořice - 1 tluč. hřebíček - 6 žloutků - 14 *dkg* strouh. čokolády - 14 *dkg* neloup. mandlí - 7 *dkg* strouhané housky - 1 lžíce rumu - ze 6 bílků sníh - 6 *dkg* zavařeniny - 2 *dkg* másla a mouky na formu. — *Poleva:* z 9 *dkg* čokolády - ½ *dkg* másla - 1 lžíce vody - 15 *dkg* cukru a $^{3}/_{16}$ *l* vody - příprava jako na ořechové řezy viz str. 331.

Chlebíček s máslem.

Máslo utřeme do pěny, pak přidáme prosátý cukr, žloutky, citr. kůru, vanilku a třeme 20 minut. Pak přimícháme strouhanou čokoládu, tuhý sníh z bílků současně s piškotovými drobečky, neloupanými strouhanými mandlemi a krupičkovou mouku. Formu na srnčí hřbet neb hladkou formu na dlouhý chlebíček vymažeme syrovým máslem, vysypeme moukou, těsto do ní rozetřeme a ¾ hod. pečeme v mírně vytopené troubě. Upečený prochladlý vyklopíme, polijeme čokoládovou polevou a necháme do druhého dne. Potom chlebíček nakrájíme na krajíčky, které potřeme máslovým krémem, posypeme krystalovým cukrem a upravíme na skleněnou mísu.

Rozpočet na těsto: 3 *dkg* másla - 11 *dkg* cukru - citr. kůra - vanilka - 7 žloutků - 5 *dkg* čokolády neb kakaa - ze 7 bílků sníh - 6 *dkg* drobečků - 3 *dkg* mandlí - 6 *dkg* krupičkové mouky - 2 *dkg* másla a 2 *dkg* mouky na formu. **Poleva rozpočet:** 9 *dkg* čokolády - ½ *dkg* másla - 15 *dkg* cukru a $^{3}/_{16}$ *l* vody uvařit - příprava jako na ořechové řezy. — *Máslo na potření krajíčků:* 9 *dkg* čaj. másla - 9 *dkg* vanilkového cukru a 1 žloutek dobře utřeme a potřeme krajíčky - 1 *dkg* krystal. cukru.

Vanilkové rohlíčky.

Na vál si připravíme hladkou mouku, moučkový cukr, jemně utlučenou prosátou vanilku, na špičku nože strouhanou citr. kůru a loupané, jemně ustrouhané mandle. Do toho rozsekáme velkým nožem dobré máslo, přidáme žloutek a vypracujeme dobře, ale lehce těsto, které uložíme do studena na 15 minut. Potom z těsta vyválíme dlouhý váleček, nakrájíme z něho stejné kousky, děláme rukou malé rohlíčky, složíme je na suchý, papírem vyložený plech a v mírné troubě je upečeme do bleděrůžova. Upečené, ještě teplé opatrně obalíme vanilkovým cukrem.

Rozpočet I.: 15 *dkg* hladké mouky - 2 *dkg* cukru - 5 *dkg* loup. mandlí - 1 *cm* tlučené vanilky - citr. kůra - 11 *dkg* másla - 1 žloutek - 8 *dkg* cukru s vanilkou na obalení.

Rozpočet II.: 14 *dkg* hladké mouky - 10½ *dkg* másla - 4 *dkg* vanilkového cukru - 5½ *dkg* loupaných mandlí - citr. kůra - vanilka - 8 *dkg* cukru na obal.

Křehké hvězdičky.

V mise umícháme máslo s cukrem a vajíčkem. Pak přidáme med, mleté neloupané mandle, strouhanou čokoládu, tlučenou skořici a hře-

bíček, muškátový květ a citr. kůru. Umíchané těsto zahustíme moukou, dáme na vál, vyválíme je na ½ *cm* silně, vykrájíme hvězdičky a složíme je na dobře povoskovaný plech. Povrchu hvězdičky potřeme vajíčkem, ozdobíme loupanými mandlemi a v prostředně horké troubě upečeme do červena.

Rozpočet na 1 mísu: 9 *dkg* másla - 9 *dkg* cukru - 9 *dkg* mandlí - ½ vajíčka - 2 *dkg* čokolády - 1 lžíce medu - ¼ kávové lžičky skořice - 1 hřebíček - na špičku nože květu - z ¼ citronu kůra - 17 *dkg* hladké mouky - 2 *dkg* mouky na vál - vosk na plech - ½ vajíčka na potření - 3 *dkg* mandlí na ozdobu.

Křehké půlměsíčky.

Na vál prosijeme hladkou mouku, pudrový cukr, přidáme mleté oříšky, tlučenou skořici, citronovou kůru a čerstvé máslo. Všechny součástky zpracujeme v těsto a dáme do studena na 20 minut. Pak těsto vyválíme na $^1/_3$ *cm* silně, menším koblihovým kroužkem vykrájíme půlměsíčky, složíme je na suchý plech a v přiměřeně vytopené troubě je upečeme do růžova. Ještě teplé posypeme vanilkovým cukrem a upravíme na mísu.

Rozpočet pro 5 osob: 20 *dkg* hladké mouky - 10 *dkg* cukru - 10 *dkg* lískových oříšků - 20 *dkg* másla - na špičku nože skořice - ze ¼ citronu kůra - 1 *dkg* cukru s vanilkou na posypání.

Křehké kartičky.

Do prosáté hladké mouky dáme moučkový cukr, ze ¼ citr. kůru a tluč. vanilku. Do toho nožem rozsekáme máslo, přidáme žloutky, vypracujeme lehce těsto a dáme ztuhnouti do studena. Ztuhlé těsto vyválíme na ¼ *cm* silně, formičkou vykrájíme kartičky, složíme je na máslem potřený, moukou posypaný plech, polovinu jich potřeme žloutkem, ozdobíme v prostředku půlkami loup. mandlí, načež kartičky v mírnějši troubě upečeme do bledě růžova. Prochladlé spojíme zavařeninou, aby ozdobená kartička byla nahoře a lehce je pocukrujeme.

Rozpočet: 21 *dkg* hladké mouky - 7 *dkg* cukru - citr. kůra - vanilka - 14 *dkg* másla - 2 žloutky - 3 *dkg* mouky na vál - 1 *dkg* másla - 1 *dkg* mouky na plech - 10 *dkg* zavařeniny - 2 *dkg* mandlí - 1 žloutek na potření.

Kačenky.

Připravíme si těsto jako na křehké kartičky, vyválíme je na ¼ *cm* silně, vykrájíme z něho 5 koleček, a to od největšího do nejmenšího. Pak kolečka spojíme oříškovou nádivkou, složíme na sebe tak, aby z toho byly kačenky jako na hraní, načež je navrch polijeme čokoládovou polevou a nahoru dáme malý kousek oloup. pistacie. Pak kačenky složíme do papírových košíčků.

Rozpočet těsta jako na kartičky.

Rozpočet nádivky: 15 *dkg* opražených strouh. oříšků - 5 *dkg* loup. strouh. mandlí - 10 *dkg* cukru - 2 žloutky - 1 lžíce rumu a 12 *dkg* zavařeniny v míse dobře umícháme a pak plníme kačenky - ½ *dkg* pistacií. — *Na polevu:* ½ *dkg* másla - 9 *dkg* čokolády - 15 *dkg* cukru - $^3/_{16}$ *l* vody - příprava polevy jako na ořech. řezy viz str. 331.

Máslové růžičky.

Do prosáté hladké mouky dáme cukr, tluč. vanilku, 8 kusů loupaných strouhaných hořkých mandlí a 8 kusů loup. sladkých strouh. mandlí. Do toho nožem rozsekáme máslo, přidáme žloutek, spojíme v těsto, které necháme ztuhnouti. Potom je vyválíme na pomoučeném vále na 1 *cm* silně, hvězdičkou vykrájíme růžičky, složíme je do máslem vymazaných, moukou vysypaných mističek, ve formičkách je složíme na plech a upečeme v mírnější troubě do bleděrůžova. Upečené, prochladlé růžičky opatrně vyklopíme, do každé doprostřed upravíme kousek rybízového rosolu neb zavařeniny a lehce je pocukrujeme.

Rozpočet: 14 *dkg* hladké mouky - 5 *dkg* moučkového cukru - vanilka - 8 kusů hoř. mandlí - 8 kusů sladkých mandlí - 10 *dkg* másla - 1 žloutek - 3 *dkg* mouky na vál - 8 *dkg* rybíz. rosolu - 1 *dkg* másla - 1 *dkg* mouky na formičky - 1 *dkg* vanilkového cukru na posypání.

Linecké koláčky I.

(*Kočičí oči.*)

Do prosáté hladké mouky dáme cukr, vanilku, citr. kůru a na špičku nože amonia. Přidáme máslo, nožem je rozsekáme, pak uděláme důlek, přidáme vejce a vypracujeme těsto, které uložíme ve studenu. Potom těsto vyválíme na ¼ *cm* silně, vykrájíme koláčky, do poloviny jich vypícháme tři malá očka, koláčky složíme na máslem potřený a moukou posypaný plech a v mírné troubě je upečeme do bleděrůžova. Prochladlé celé koláčky potřeme zavařeninou, kroužky s očky na ně přiložíme, načež koláčky pocukrujeme.

Rozpočet: 25 *dkg* mouky - 13 *dkg* moučk. cukru - vanilka - citronová kůra - amonium - 13 *dkg* másla - 1 celé vejce - 1 *dkg* másla - 1 *dkg* mouky na plech - 15 *dkg* rybíz. neb malinové zavařeniny - 2 *dkg* vanilkového cukru.

Linecké koláčky II.

Do umíchaného másla přidáme cukr, žloutky, citr. kůru, tluč. vanilku a dobře umícháme. Potom zamícháme do těsta hladkou mouku a dáme je do studena. Ztuhlé těsto vyválíme na ¼ *cm* silný plát, ozdobnou formičkou vykrájíme koláčky, polovinu jich uprostřed ještě jednou menším kulatým neb jiným ozdobným tvořítkem vykrojíme na věnečky, načež obě složíme na suchý plech. Vykrojené věnečky potřeme umíchaným vajíčkem, posypeme je loupanými, sekanými mandlemi a koláčky upečeme v mírnější troubě do růžova. Prochladlé celé koláčky potřeme zavařeninou a na ně položíme posypané věnečky a pocukrujeme.

Rozpočet: 25 *dkg* másla - 12 *dkg* cukru - citr. kůra - vanilka - 4 žloutky - 35 *dkg* hladké mouky - 1 vejce na potření - 3 *dkg* loupaných sekaných mandlí - 15 *dkg* zavařeniny - 1 *dkg* cukru s vanilkou.

Linecké koláčky III.

Podle uvedeného rozpočtu si připravíme na vále těsto jako na linecké koláčky I. Pak je vyválíme, vykrájíme kroužky neb koláčky,

které na suchém plechu upečeme do růžova. Pečené spojíme zavařeninou a pocukrujeme.

Rozpočet: 26 *dkg* hladké mouky - 10 *dkg* cukru - na špičku nože amonia - citronová kůra - 10 *dkg* lískových opražených oříšků - 19 *dkg* másla - 3 žloutky - 15 *dkg* zavařeniny - 2 *dkg* vanilkového cukru.

Linecké koláčky IV.

Do hladké mouky rozsekáme máslo, přidáme cukr, žloutky, citr. kůru i šťávu aválečkem zpracujeme těsto, které dáme do studena. Odpočinuté těsto rozválíme asi na 1 *cm* silně, vykrájíme koláčky neb věnečky, nožem je přenášíme na suchý plech, potřeme je vajíčkem a v horké troubě je upečeme do světlerůžova. Upečené, vychladlé vždy 2 a 2 spojíme dohromady zavařeninou a pocukrujeme.

Rozpočet: 25 *dkg* hladké mouky - 14 *dkg* másla - 9 *dkg* cukru - 2 žloutky - citronová kůra i šťáva z ½ citronu - 10 *dkg* zavařeniny.

Skládané hvězdičky s třešněmi.

Na vál si prosijeme hladkou mouku, moučkový cukr, citr. kůru, tlučenou vanilku a na špičku nože amonia. Pak přidáme loupané strouhané mandle a máslo, které dobře rozsekáme, válečkem vypracujeme těsto, rukama zakulatíme bochánek a dáme na ¼ hod. do studena ztuhnouti. Poté na pomoučeném vále vyválíme těsto na ¼ *cm* silně, čtyřmi hvězdičkami různé velikosti těsto vykrájíme, hvězdičky složíme na suchý plech a v mírnější troubě je upečeme do bledě růžova. Upečené složíme a spojíme zavařeninou. Nejdříve potřeme největší hvězdičku uprostřed málo zavařeninou, na ni dáme druhou menší, pak třetí a konečně nejmenší, kterou rovněž uprostřed potřeme málo zavařeninou a ozdobíme zavařenou třešní neb višni. Povrchu posypeme hvězdičky vanilkovým cukrem.

Tuto cukrovinku můžeme připraviti i z neloupaných mandlí, ale je tmavá.

Rozpočet: 18 *dkg* hladké mouky - 5 *dkg* cukru - vanilka - citronová kůra - na špičku nože amonia - 5 *dkg* loup. mandlí - 15 *dkg* másla - 4 *dkg* zavařeniny - 15 kusů zavařených višní - 2 *dkg* vanilkového cukru.

Medvědí tlapičky.

Do prosáté, hladké mouky a moučkového cukru dáme na špičku nože amonia, citr. kůru, tlučený hřebíček, skořici, kakao a strouhané neloupané mandle. Pak do toho rozsekáme máslo a vypracujeme těsto, které dáme do studena ztuhnouti. Poté těsto rozkrájíme na stejné díly (18 kusů), každý obalíme lehce moukou, rukou uděláme válečky a vtlačujeme je do suchých plechových formiček, které složíme na plech a tlapičky v nich upečeme do růžova. Prochladlé vyklopíme a pocukrujeme.

Rozpočet I.: 12 *dkg* hladké mouky - 9 ½ *dkg* másla - 6 *dkg* cukru - 1 zrnko tluč. hřebíčku - tluč. skořice - ze ¼ citr. kůra - na špičku nože amonia - 4 ½ *dkg* neloupaných mandlí - ½ *dkg* kakaa.

Rozpočet II.: 20 *dkg* hladké mouky - 9 *dkg* cukru - 8 *dkg* neloupaných mandlí - 16 *dkg* másla - skořice - 1 hřebíček - citr. kůra - 2 *dkg* kakaa - 1 vejce. Na tento rozpočet se formičky vymaží máslem a vysypou moukou (1 *dkg* másla - 1 *dkg* mouky).

Rozpočet III.: 35 *dkg* hladké mouky - 20 *dkg* neloup. mandlí - 25 *dkg* másla - 25 *dkg* cukru - z ½ citronu kůra - 1 hřebíček - tlučená skořice - 1 vejce - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky na formičky.

Dvojité věnečky.

Prosátou hladkou mouku, moučkový cukr, strouhanou citr. kůru, tlučenou vanilku a na špičku nože amonia dáme na vál, do toho rozsekáme máslo, uděláme důlek, přilijeme sladkou smetanu a žloutky a vše zpracujeme v těsto, které dáme do studena. Pak těsto vyválíme na ½ *cm* silně, vykrájíme ozdobná kolečka, složíme je na suchý plech a upečeme do bleděrůžova. Upečená kolečka potřeme uprostřed zavařeninou, načež uděláme ze sladkého hustého sněhu pomocí kornoutu s hvězdičkovou trubičkou na každý koláček věneček, posypeme jej loupanými, sekanými, upraženými mandlemi a dáme ještě do vlahé trouby dopéci. Potom věnečky upravíme na mísu.

Sníh: 2 bílky ušleháme na tuhý sníh, do něho zašleháme 5 *dkg* tlučeného cukru a pak vařečkou zamícháme zlehka 9 *dkg* cukru. (Do sněhu dáme celkem 14 *dkg* cukru.)

Mandle na posypání: 1 *dkg* loupaných sekaných mandlí na pánvi trochu opražíme.

Rozpočet: 20 *dkg* hladké mouky - 6 *dkg* cukru - na špičku nože amonia - 10 *dkg* másla - 2 žloutky - 1 lžíce studené syrové smetany - strouh. citr. kůra - tluč. vanilka - 3 *dkg* mouky na vál - 12 *dkg* malinové neb rybíz. zavařeniny.

Křehké košíčky s pomoranči.

Připravíme si křehké těsto, jak jest udáno v předpise, košíčky se šlehanou smetanou. Pak těsto rozkrájíme na stejné kousky, vtlačíme je až nahoru do plechových formiček, s formičkami složíme na plech a upečeme v mírnější troubě do růžova. Prochladlé vyklopíme. Studené naplníme jemným žloutkovým krémem, načež vkusně upravíme do košíčků na dílky rozdělený očištěný pomoranč a zavařenou višni. Zvlášť si připravíme rozvařený agar, načež vlahým agarem polijeme povrchu košíčky. Jakmile agar na košíčkách ztuhne, upravíme je na mísu a podáváme. Tyto košíčky můžeme připraviti jen s krémem a pomoranči bez agaru.

Příprava krému: do $^1/_8$ *l* smetany zamícháme 2 *dkg* bílé kukuřičné moučky, 3 žloutky, 5 *dkg* vanilkového cukru a v hrnečku dobře rozmícháme. Poté nádobu s krémem postavíme do kastrolu s vařící vodou a na plotně mícháme do zhoustnutí. Hustý krém dáme vychladnouti, načež do něho zamícháme 1 lžíci pomerančové šťávy nebo bílého punče. Krémem plníme košíčky.

Úprava a vaření agar-agar: na 1½ *dkg* lehce opraného agaru nalijeme ¼ *l* studené vody a necháme přes noc, pak přidáme do něho 15 *dkg* tluč. cukru, z ½ citronu šťávy a na velmi mírně vyhřáté plotně agar úplně rozvaříme. Prochladlým a ještě vlahým poléváme košíčky.

Rozpočet pro 5 osob: (těsto:) 21 *dkg* hladké mouky - 3 *dkg* pudru cukru - 10½ *dkg* másla - citron. kůra - tlučená vanilka - 2 žloutky - 3 *dkg* mouky na vál - 3 pomoranče a 5 *dkg* višní.

Košíčky se šlehanou smetanou.

Na vál prosijeme hladkou mouku, moučkový cukr a tlučenou vanilku, přidáme strouhanou citr. kůru, rozsekáme máslo, přidáme žloutek a vše spojíme v těsto, které dáme do studena. Poté těsto rozdělíme na stejné kousky, uděláme kuličky, vtlačíme je až nahoru do plechových košíčků, s formičkami složíme na plech a upečeme je v mírnější troubě do růžova. Prochladlé vyklopíme a úplně studené naplníme šlehanou smetanou a ozdobíme buď čerstvou zahradní jahodou, lesními jahodami neb hroznovým vínem. Také můžeme pečené košíčky naplniti zavařeným ovocem a políti agarem (viz Rybízový koláč). Nebo naplníme upečené košíčky mandlovou hmotou, na tuto položíme v hustém cukru zavařené ovoce, přidáme máslovou nádivku, pěkně ji upravíme a košíčky dáme ztuhnouti do studena, v létě k ledu. Pak povrch polijeme čokoládovou polevou a ozdobíme jednou višní v hustém cukru zavařenou, loupanými sekanými pistaciemi aneb čokoládovou pralinkou.

Příprava a rozpočet na košíčky s nádivkou: 12 *dkg* moučkového cukru, 1 bílek, z ½ citronu šťávu umícháme, až vše zhoustne. Poté přidáme 12 *dkg* jemně strouhaných. loupaných mandlí, znovu umícháme a nádivku rozdělíme do košíčků. Na ni položíme zavařenou višni a přidáme tuto nádivku: 18 *dkg* másla utřeme do pěny, přimícháme 18 *dkg* moučkového cukru, tlučenou vanilku a 2 kapky červeného bretonu a 1 lžíci rumu. Umíchanou nádivkou doplníme košíčky, a když ztuhne, polijeme je čokoládovou polevou (viz Ořechové řezy). Rozpočet jest 9 *dkg* čokolády, 1 *dkg* másla, 15 *dkg* cukru, $^{3}/_{16}$ *l* vody. Nebo je polijeme polevou z máčecí čokoládové hmoty (viz Polevy) a ozdobíme pralinkami. V létě dáme košíčky na led ztuhnouti a pak je polijeme.

Rozpočet těsta: 21 *dkg* hladké mouky - 3 *dkg* moučkového cukru - 10½ *dkg* másla - citronová kůra - tlučená vanilka - 2 žloutky - ¼ *l* šlehané smetany - 2 *dkg* cukru do smetany - ¼ *kg* jahod neb vína.

Mandlové košíčky s křížkem.

Připravíme si těsto jako na košíčky se šlehanou smetanou. Ztuhlé těsto vyválíme na ¼ *cm* silnou placku, obrácenou košíčkovou formičkou vykrájíme těsto, vtlačíme je zpět do formiček, načež syrové košíčky naplníme připravenou oříškovou nádivkou, na kterou položíme křížem dvě tenké mřížky ze zbytku těsta. Potřeme je umíchaným vajíčkem, košíčky s formičkami složíme na plech a v mírnější troubě je upečeme do růžova. Pečené, prochladlé vyklopíme a pocukrujeme.

Nádivka: 10½ *dkg* másla utřeme do pěny, přimícháme 3 žloutky, 8 *dkg* cukru, tluč. vanilku a znovu umícháme. Pak přidáme 6 *dkg* loupaných strouhaných mandlí neb oříšků, které jsme dříve smíchaly s 1 bílkem a utloukly na jemnou kaši v hmoždíři. Naposled zamícháme do nádivky 3 *dkg* strouhané housky nebo piškotových drobečků a ještě

1½ *dkg* krupičkové mouky. Promíchanou nádivkou naplníme košíčky a nádivku pěkně urovnáme. 1 vejce na potření mřížek.

Rozpočet těsta na košíčky: 21 *dkg* hladké mouky - 3 *dkg* moučkového cukru - 10½ *dkg* másla - citr. kůra - tluč. vanilka - 2 žloutky.

Máslové mističky.

Do prosáté hladké mouky, moučkového cukru, tlučené vanilky a strouhané citr. kůry přimícháme neloupané, strouhané mandle, do všeho rozsekáme máslo, přidáme žloutky a vypracujeme těsto, které dáme do studena ztuhnouti. Potom z něho uděláme stejné kuličky, které stejnoměrně vtlačíme do suchých plechových tvořítek. Formičky složíme na plech a těsto upečeme do růžova. Upečené vychladlé mističky vyklopíme, posypeme vanilkovým cukrem a naplníme ovocným nebo máslovým čokoládovým krémem.

Ovocný krém: 3 bílky, 15 *dkg* meruňkové zavařeniny a 15 *dkg* tluč. prosátého cukru třeme v míse bedlivě ½ hod. Pak přimícháme do toho ze 3 bílků tuhý sníh. Papírový kornout opatříme hvězdičkovou trubičkou, krémem naplníme a vystříkáme ozdoby do mističek.

Máslový krém: 15 *dkg* čajového másla utřeme do pěny, pak přimícháme 15 *dkg* cukru (pudru) a 1 tabulku změklé čokolády. Umíchaný krém dáme do kornoutu a ozdobíme mističky. Do krému můžeme zamíchati 1 žloutek.

Rozpočet na těsto: 30 *dkg* hladké mouky - 10 *dkg* cukru - vanilka - citr. kůra - 12 *dkg* neloup. mandlí - 20 *dkg* másla - 3 žloutky.

Išlské dortíčky.

Na vál si připravíme hladkou mouku, kakao, vanilkový cukr, na špičku nože skořice, strouhanou citr. kůru a loupané, jemně ustrouhané mandle. Pak do toho rozsekáme máslo, válečkem vypracujeme těsto a dáme je do studena na ½ hod. Ztuhlé těsto vyválíme na plást ¼ *cm* silný, vykrájíme koblihovým kroužkem kolečka (dortíčky), složíme je na máslem potřený, moukou posypaný plech a v dobře vytopené troubě (horké) je upečeme do růžova. Na polovinu pečených koleček rozetřeme ½ *cm* vysoko oříškovou nádivku, druhou polovinu koleček polijeme čokoládovou polevou a než čokoláda ztuhne, položíme doprostřed půlku vlašského ořechu. Potom dáme ozdobená kolečka na nádivku, pěkně je urovnáme a hotové dortíčky složíme do papírových košíčků. Místo nádivky můžeme dortíčky naplniti zavařeninou.

Nádivka: 10 *dkg* cukru, 3 žloutky a tlučenou vanilku třeme asi 10 minut. Pak přidáme lžičku rumu, 2 *dkg* rybízové zavařeniny a 15 *dkg* opražených loupaných lískových oříšků a vše dobře promícháme. Je-li nádivka hustá, přidáme rum, do řídké přidáme strouhané piškotové drobečky neb ještě oříšky.

5 *dkg* vlašských ořechů na ozdobu.

Rozpočet těsta: 21 *dkg* hladké mouky - 2 *dkg* kakaa - 7 *dkg* cukru - na špičku nože vanilky - 1 cm^2 strouhané citronové kůry - 4 *dkg* loupaných mandlí - na špičku nože skořice - 14 *dkg* másla - 1 *dkg* másla - 1 *dkg* mouky na plech.

Pařížské dortíčky.

V mise si umícháme do pěny máslo, pak přidáme moučkový cukr, žloutky jeden po druhém, strouhanou citr. kůru, vanilku, tluč. cukr a třeme 20 minut. Do utřeného těstíčka zamícháme mouku, polovinu hladké a polovinu krupičkové, a těsto dáme do studena ztuhnouti. Ztuhlé vyválíme na pomoučeném vále na ¼ *cm* silně, vykrájíme malé dortíčky, složíme je na máslem vymazaný, moukou vysypaný plech a v mírnější troubě je upečeme do světlerůžova. Upečené studené dortíčky spojíme na 1 *cm* vysoko připravenou mandlovou nádivkou, kterou pěkně kulatým nožem urovnáme, načež dortíčky celé polijeme růžovou polevou a ozdobíme v cukru zavařenými šípky a loup. sekanými pistaciemi.

Nádivka: 20 *dkg* cukru, ⅛ *l* vody povaříme na slabou nit, do horkého zamícháme 10 *dkg* opražených, loupaných strouh. oříšků a 10 *dkg* loupaných strouhaných mandlí. Pak přidáme do prochladlého 2 bílky, citronovou kůru a lžíci rumu. Promíchanou studenou nádivkou spojíme dortíčky.

Růžová poleva: 20 *dkg* prosátého cukru pudru, asi 2 lžíce horké vody, ze ¼ citronu šťávu a 2 kapky červeného bretonu mícháme v mise bedlivě ½ hod. Hustou, lesklou polevou polijeme dortíčky. — 3 *dkg* v hustém cukru zavařených šípků a ½ *dkg* pistacií.

Rozpočet na těsto: 7 *dkg* másla - 7 *dkg* cukru - 4 žloutky - citronová kůra - vanilka - 10 *dkg* hladké mouky - 10 *dkg* krupičkové mouky - 4 *dkg* mouky na vál - 1 *dkg* másla - 1 *dkg* mouky na plech.

Čokoládové dortíčky.

Do umíchaného másla přidáme prosátý cukr, žloutky, citr. kůru a třeme, až vše zhoustne. Pak přimícháme rozstrouhanou čokoládu, tuhý sníh z bílků současně s krupičkovou moukou. Těsto rozetřeme na 3 *cm* vysoko na máslem potřený, moukou posypaný plech, zahradíme papírem a zvolna upečeme v mírnější troubě. Z upečeného, prochladlého těsta vykrájíme dortíčky, povrchu je slabě potřeme malinovou zavařeninou, pak je polijeme čokoládovou polevou a ozdobíme loupanými sekanými pistaciemi nebo zavařenou andělikou.

Rozpočet: 14 *dkg* másla - 4 žloutky - 14 *dkg* moučkového cukru - ze ¼ citr. kůra - 14 *dkg* čokolády - ze 4 bílků sníh - 14 *dkg* krupičkové mouky - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky na plech - 3 *dkg* malinové zavařeniny. — Rozpočet polevy jako na čokoládový srnčí hřbet - 1 *dkg* pistacií.

Čokoládové kostky I.

Tlučený, prosátý cukr, vejce, žloutky, citr. kůru a tluč. vanilku třeme v mise ½ hod. Pak přimícháme strouhanou čokoládu, přikapeme 3 lžíce rozpuštěného, prochladlého másla, hodně tuhý sníh z bílků současně s neloupanými, strouhanými mandlemi, rumem navlhčeným, utlučeným nebo strouhaným chlebem a krupičkovou moukou. Lehce promíchané těsto rozetřeme 1 *cm* vysoko na máslem potřený, moukou vysypaný plech, zahradíme papírem a zvolna upečeme. Upe-

čené prochladlé těsto rozdělíme na 2 díly, jeden potřeme připraveným krémem neb šlehanou smetanou, druhý díl nakrájíme na kostky, tyto polijeme čokoládovou polevou a když ztuhla, složíme je na první díl a dokrájíme kostky. Pak je složíme do papírových košíčků.

Nádivka do kostek: 2 vejce, 7 *dkg* cukru, tluč. vanilku v kotlíku ušleháme, pak jej postavíme na plotnu do kastrolu s vařící vodou a šleháme, až krém zhoustne, načež jej dáme na talíř vychladnouti. Zatím si v míse umícháme 10 *dkg* čaj. másla a 5 *dkg* pudrového cukru, přimícháme 7 *dkg* změklé čokolády a vařený krém. Čokoládovou polevu viz Karlovarské kroužky (týž rozpočet). Místo nádivky můžeme naplniti kostky ½ *l* šlehané smetany, do které zlehka zamícháme 6 *dkg* moučkového prosátého cukru.

Rozpočet na těsto: 21 *dkg* cukru - citr. kůra - vanilka - 1 celé vejce - 5 žloutků - 10 *dkg* strouhané čokolády - 3 lžíce rozpuštěného másla - 10 *dkg* neloup. mandlí - 4 *dkg* chleba a 3 lžíce rumu - 2 *dkg* krupičkové mouky - z 5 bílků sníh - 2 *dkg* másla a mouky na plech.

Čokoládové kostky II.

Do dobře utřeného čerstvého neb umělého másla přidáme cukr, žloutky a třeme 15 minut. Pak přidáme rum a vanilku a znovu dobře utřeme. Naposled přidáme tuhý sníh z bílků současně s kakaem a krupičkovou moukou. Plech vymažeme máslem, vysypeme moukou, těsto na něj na 1½ *cm* vysoko rozetřeme a upečeme do růžova. Upečené studené těsto rozkrojíme, naplníme studeným krémem, složíme na sebe a nakrájíme ostrým nožem na kostky, které polijeme čokoládovou polevou. Když oschla, kostky ozdobíme krémem a dáme je do papírových košíčků.

Nádivka: do 10 *dkg* umíchaného čajového másla zamícháme 5 *dkg* cukru a 10 *dkg* v troubě změklé čokolády.

Poleva: ¼ *l* vody, 20 *dkg* kusového cukru svaříme na silnou nitku. V míse si umícháme 12 *dkg* rozehřáté čokolády s 1 lžící vody a máslem (½ *dkg*), přilijeme po částech horký cukr, a když poleva na okraji misky tuhne, poléváme kostky.

Rozpočet: 10 *dkg* umělého másla „Sana" neb čerstvého másla - 5 žloutků - 15 *dkg* cukru - vanilka - lžíce rumu - 4 *dkg* kakaa - ze 6 bílků tuhý sníh - 14 *dkg* mouky - 1 *dkg* másla a 1 *dkg* mouky na plech.

Mandlové věnečky.

Do prosáté mouky zamícháme cukr, neloupané strouhané mandle, citr. kůru a rozsekáme máslo.Válečkem spojíme těsto, pak je rozválíme na 4 *mm* silně, vykrájíme věnečky, složíme je na pomazaný a vysypaný plech, potřeme je vajíčkem, posypeme hrubě sekanými mandlemi a v mírné troubě je upečeme do světlerůžova. Upečené spojujeme 2 a 2 zavařeninou.

Rozpočet: 25 *dkg* hladké mouky - 12 *dkg* moučkového cukru - 20 *dkg* neloup. mandlí - 20 *dkg* másla - citr. kůra - 1 *dkg* másla - 1 *dkg* mouky na plech - 1 vejce na potření - 2 *dkg* mandlí na posypání - 10 *dkg* jahodové zavařeniny

Jahodové řezy.

Do prosáté, hladké mouky, cukru, tluč. vanilky a strouh. citr. kůry rozsekáme máslo, přidáme žloutky, vypracujeme těsto, které ve studenu uložíme. Potom těsto vyválíme na ½ *cm* silně, nakrájíme z něho 10 *cm* široké, 50 *cm* dlouhé pruhy, tyto položíme na potřený a moukou vysypaný plech, povrchu je potřeme umíchaným vajíčkem a v mírnější troubě je upečeme do růžova. Pečené ozdobíme bílým mandlovým rámečkem a dáme vychladnouti. Potom pruhy lehce potřeme rybízovou zavařeninou, naplníme lesními jahůdkami, zalijeme agarem a dáme do studena ztuhnouti. Pak krájíme ostrým nožem řezy 4 *cm* široké a 8 *cm* dlouhé a upravíme je na mísu. (Jahůdky jsou jako pod sklem.) Místo jahod můžeme dáti bobulky rybízu, meruňky, pomoranč, zavař. hrušky atd. Místo řezů můžeme malým kastrůlkem z těsta vykrájeti dortíčky a upečené ozdobiti rámečkem, ovocem a agarem jako řezy.

Agar: 1½ *dkg* agaru a ¼ *l* studené vody necháme přes noc namočiti, pak přidáme 15 *dkg* tluč. cukru, ze ¼ citr. šťávu a vše na mírné plotně rozvaříme. Pak agar procedíme utěrkou a obarvíme červeným bretonem (3 kapky). Vlahým agarem poléváme ovoce.

Rámeček: 10 *dkg* loup. strouh. mandlí smícháme s 10 *dkg* cukru a v hmoždíři utlučeme. Pak přidáme podle potřeby 10 *dkg* cukru povařeného na nitku asi se 2 lžícemi vody. Rukama vypracujeme těsto a rychle uděláme dlouhý váleček, který nožem ozdobíme a bílkem přilepíme na upečené těsto. Místo vařeného cukru můžeme přidati ½ bílku.

Rozpočet na těsto: 35 *dkg* mouky - 12 *dkg* cukru - citr. kůra - vanilka - 25 *dkg* másla - 4 žloutky - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky na plech - 1 vejce na potření - 50 *dkg* lesních jahod.

Žloutkové věnečky.

Do kastrolu dáme studenou vodu nebo mléko a máslo a na plotně přivedeme k varu. Pak do toho nasypeme krupičkovou mouku a vařečkou tak dlouho na plotně mícháme, až se těsto nechytá kastrolu ani vařečky, načež je necháme vychladnouti. Pak přidáváme celá vejce, jedno po druhém a dobře umícháme. Těsto, které jest dosti tuhé, dáme do kornoutu s velkou hvězdičkovou trubičkou a na voskem potřený plech děláme pěkné stejné věnečky. Potom je upečeme v horké troubě do červena a v mírnější troubě je dopečeme. Upečené, ještě teplé rozkrojíme a dáme vychladnouti. Pak je pomocí kornoutu naplníme žloutkovým krémem, složíme na sebe a polijeme rumovou polevou. Při pečení je zbytečně z trouby nevyndáváme, aby nebyly nízké.

Krém: do ¼ litru mléka zamícháme 3 *dkg* krupič. pšeničné mouky neb kávovou lžičku rýžové neb kukuřičné moučky, hrneček postavíme do nádobky s horkou vodou a mléko s moukou vaříme, až zhoustne. Pak hrneček vyndáme, a když krém zchladl, přimícháme k němu 4 žloutky, 10 *dkg* vanilkového cukru a krém znovu postavíme do horké vody na plotnu, kde jím mícháme tak dlouho, až zhoustne. Pak přimícháme 2 *dkg* želatiny ve 2 lžících vody rozpuštěné. Do úplně studeného krému zamícháme 2 lžíce rumu a naplníme věnečky. Také můžeme do krému přidati hustou šlehanou smetanu nebo sladký sníh

z bílků. Polevu připravíme podle téhož rozpočtu jako na čokoládové řezy (viz str. 333) s rumovou polevou. Věnečky můžeme též podávati pouze pocukrované.

Rozpočet na těsto: ⅜ *l* vody neb mléka - 11 *dkg* másla - 22 *dkg* krupičkové mouky - 4 vejce - vosk na plech - papír na kornout. — *Rozpočet na krém:* ⅛ *l* šlehané smetany neb ze 2 bílků tuhý sníh a 12 *dkg* cukru.

Větroplašky se šlehanou smetanou.

Z téhož těsta jako na věnečky vystříkáme kornoutem velké hubinky a také tak je upečeme. Teplé nakrojíme na jedné straně a dáme vychladnouti. Potom je pomocí kornoutu s hvězdicovou trubičkou naplníme šlehanou smetanou neb sladkým sněhem a povrchu je pocukrujeme. Na těsto týž rozpočet jako na věnečky.

Rozpočet: ¼ *l* šlehané smetany - 4 *dkg* cukru do ní - 2 *dkg* vanilkového cukru na posypání.

Banány.

Z připraveného těsta jako na žloutkové věnečky vystříkáme kornoutem banány a upečeme je v horké troubě. Potom je rozkrojíme, povrch polijeme kávovou polevou a vychladlý spodek naplníme šlehanou smetanou neb kávovým krémem, viz Kávový dort str. 391. Když poleva oschla, složíme banány na sebe. Týž rozpočet jako na věnečky.

Kávovou polevu viz Kávové ořechy, str. 373!

Rozpočet: ¼ *l* šlehané smetany - 3 *dkg* cukru do ní.

Dortíčky s pistaciemi.

Na vál si připravíme hladkou mouku, moučkový cukr, na špičku nože skořice, loupané, jemně strouh. mandle, na špičku nože kypřicího prášku. Do toho rozsekáme máslo, válečkem vypracujeme těsto a dáme je na ¼ hod. do studena. Potom těsto vyválíme na ¼ *cm* silně, načež z něho vykrájime menším koblihovým kroužkem dortíčky, složíme je na máslem potřený a moukou vysypaný plech a v mírnější troubě upečeme dortíčky do růžova. Upečené dva a dva spojíme na sebe meruňkovou, malinovou neb rybízovou zavařeninou. Povrchu rovněž potřeme dortíčky zavařeninou. Potom přes střed dortíčku položíme šikmo proužek lepenkového papiru (1 *cm* široký) a dortíček posypeme hodně vanilkovým cukrem nebo polijeme citr. polevou. Poté proužek papiru odstraníme, čímž nám vznikne nepocukrovaný proužek zavařeniny, který posypeme (vyplníme) loupanými, sekanými pistaciemi (zel. mandle). Tyto dortíčky upravené na skleněné mise pěkně zdobi stůl.

Rozpočet: 20 *dkg* hladké mouky - 12½ *dkg* cukru - 15 *dkg* mandli - skořice - na špičku nože kypřicího prášku (Moudrá hlava) - 15 *dkg* másla. - Na plech 2 *dkg* másla a 1 *dkg* mouky - 15 *dkg* zavařeniny - 5 *dkg* cukru na posypání - 1½ *dkg* pistacií. — *Poleva:* 15 *dkg* pudru cukru - citronová šťáva - vařící voda (viz Hrozinkové půlměsíčky!).

Hrozinkové půlměsíčky.

Do prosáté, hladké mouky přidáme citr. kůru, moučkový cukr, loup., jemně strouh. mandle, na kaši usekané, očištěné hrozinky, tluč. hřebíček a skořici. Těsto spojíme žloutky a dobře vypracujeme. Potom je na pomoučeném vále vyválíme na ¼ *cm* silně, formičkou vykrájíme půlměsíčky, složíme na povoskovaný, studený plech a v mírně vytopené troubě je upečeme do bledě růžova. Upečené, ještě teplé necháme na plechu, rozetřeme na ně kulatým nožem citronovou polevu a když oschla, složíme půlměsíčky na mísu. Dlouho se dají uchovati.

Voskování plechu: Horký plech potřeme voskem a na studený klademe cukrovinky.

Poleva: do *12 dkg* prosátého cukru (pudru) nalijeme 1 lžičku vařící vody, přidáme podle potřeby citr. šťávu a umícháme hladkou a lesklou polevu.

Rozpočet: 5 *dkg* hladké mouky - 14 *dkg* prosátého moučkového cukru - z 1 citr. kůra - 1 hřebíček - 2 *cm* tluč. skořice - 14 *dkg* mandlí - 7 *dkg* hrozinek - 2 žloutky - vosk na plech.

Mandlové trojhránky.

Do prosátého moučkového cukru, neloupaných, strouhaných mandlí, citronové kůry a utlučené vanilky přidáme žloutky a vypracujeme těsto. Hned je vyválíme asi na ¼ *cm* silně, syrové potřeme bílkovou polevou, a když trochu oschla, nakrájíme rýhovacím kolečkem trojhránky neb tyčky, složíme je na povoskovaný plech a upečeme ve velmi mírné troubě (spíše sušíme).

Poleva: 10 *dkg* pudrového cukru - 1 bílek - ½ kávové lžičky citronové šťávy mícháme tak dlouho, až je poleva bílá, hustá a lesklá.

Rozpočet: 14 *dkg* cukru - 14 *dkg* mandlí - z ½ citr. kůra - na špičku nože vanilky - 3 žloutky - vosk.

Ořechové kobližky se šlehanou smetanou.

Vlašské umleté ořechy smícháme s třemi bílky a po malých částech je v hmoždíři utlučeme na kaši, kterou dáme na hluboký talíř. Potom si ušleháme ze 6 bílků tuhý sníh, do něho zašleháme polovinu tlučeného prosátého cukru, načež druhou polovinu do sněhu jenom lehce zamícháme. Dvě lžíce tohoto sladkého sněhu zamícháme do utlučených ořechů, načež ořechy zamícháme do ostatního sněhu současně s krupičkovou moukou a vanilkou. Papírový kornout, opatřený hladkou trubičkou, naplníme hmotou a na plech, papírem vyložený, máslem potřený, děláme hladké hubinky. Povrchu je posypeme moučkovým cukrem a dáme je péci do růžova do mírné trouby. Upečené zbavíme papíru a studené složíme vždy 2 hubinky proti sobě do papírových košíčků, načež vzniklý prostor vyplníme pomocí kornoutu s hvězdičkovou trubičkou ušlehanou, oslazenou smetanou.

Rozpočet: 12 *dkg* vlašských ořechů - 3 bílky - sníh ze 6 bílků - 24 *dkg* cukru - 5 *dkg* krupič. mouky - na špičku nože vanilky - papírové košíčky - ¼ *l* šlehané smetany - 4 *dkg* cukru - 1 *dkg* másla - papír.

Různé čajové zákusky.

Čokoládové kuličky.

Kostkový cukr polijeme studenou vodou a svaříme jej na bublinu. Pak jej postříkáme citronovou šťávou, vylijeme na porcelánovou mísu a do běla umícháme. Je-li cukr příliš hustý, přilijeme do něho ještě citronovou šťávu, trochu bílého punče, rumu anebo kávového výtažku. Pak přidáme loupané mleté mandle, načež z tuhé hmoty uděláme kuličky (jako menší vlašský ořech) a necháme je na prkénku sušiti. Pak je namáčíme v husté čokoládové polevě a nežli poleva úplně oschne, obalíme kuličky v jemně usekaných loupaných mandlích. Hotové kuličky vložíme do papírových košíčků.

Poleva: 15 *dkg* čokoládové hmoty a 3—4 *dkg* kakaového másla necháme na mírném ohni rozehřáti. (Bez vody.) Rozehřátou čokoládu s tukem dobře umícháme do úplného vychladnutí. Ve studené polevě namáčíme kuličky.

2 *dkg* mandlí na obalení — papírové košíčky.

Rozpočet na 1 mísu: 25 *dkg* cukru - ⅛ *l* vody - 1 citron - 2 lžíce punče, rumu aneb kávov. výtažku - 20 *dkg* mandlí - 5 *dkg* pudr. cukru na prkénko.

Drobné zákusky k čaji.

Do prosáté mouky rozsekáme máslo, přidáme pudrový cukr, tluč. prosátou vanilku, citronovou kůru a vejce. Těsto lehce a rychle zpracujeme a dáme na 15 minut do studena. Odpočinuté těsto vyválíme 3 *mm* silně, formičkou nakrájíme malé čtverečky, složíme je na suchý plech, povrchu je potřeme vajíčkem, ozdobíme loupanými mandlemi a v prostředně vytopené troubě je upečeme do růžova. Pečené spojíme vždy dva na sebe ořechovou náplní.

Ořechová náplň: ustrouhané vlašské ořechy nasypeme do vařeného cukru, přidáme sladkou smetanu, na špičku nože vanilky, citronové kůry, med, skořici a strouhaný žlutý perník. Promíchanou studenou náplní potíráme čtverečky.

Rozpočet pro 5 osob: 35 *dkg* mouky - 20 *dkg* másla - 10 *dkg* cukru - se ¼ citronu kůra - tluč. vanilka - 1 vejce. — *Náplň:* 10 *dkg* vlašských ořechů - 2 lžíce vody - 5 *dkg* cukru - 2 lžíce smetany - na špičku nože vanilky a citronové kůry - lžíci strouhaného perníku - 1 lžíci medu. — *Na potření:* 1 vejce - 2 *dkg* mandlí.

Plněné ořechy.

Vlašské strouhané ořechy smícháme s 2 bílky a utlučeme je v hmoždíři. Pak dáme ořechy do mísy, přidáme k nim moučkový cukr, tlučenou vanilku, 3 bílky a třeme vše asi 20 minut. Poté do toho zamícháme krupičkovou mouku, hmotu dáme do kornoutu s hladkou trubičkou a na plech papírem vyložený, máslem potřený, děláme stejné hromádky. Na každou položíme jádro ořechu a pečeme ve velmi mírné troubě do světle růžova. Upečené, zchladlé spojíme dvě a dvě ořechovým nebo máslovým krémem a dáme je do papírových košíčků.

Ořechový krém: 10 *dkg* cukru, 1 lžíci vody povaříme, pak přidáme 12 *dkg* strouh. vlašských ořechů, tluč. vanilku, dáme vychladnouti, načež zamícháme do nádivky $^{1}/_{16}$ *l* sladké smetany a 1 lžíci dobrého rumu.

Máslový krém: 10 *dkg* čajového másla umícháme do pěny s 8 *dkg* moučkového prosátého cukru, pak přimícháme 10 *dkg* vlašských strouhaných ořechů, lžíci rumu a na špičku nože vanilky.

Rozpočet: 21 *dkg* jader vlašských ořechů - 2 bílky - 35 *dkg* moučkového cukru - vanilka - 3 bílky - 5 *dkg* krupičkové mouky - 3 *dkg* ořechů na ozdobu.

Sněhové hubinky.

Z čerstvých bílků ušleháme si hodně tuhý sníh, pak do něho po lžicích zašleháme metlou polovinu prosátého, tlučeného cukru. Metlu ze sněhu vyndáme a vařečkou lehce zamícháme druhou polovinu cukru. Papírový kornout, opatřený hvězdičkovou trubičkou, naplníme sněhem a na povoskovaný plech děláme hubinky, věnečky, housky a pod. Povrchu je posypeme loup. sekanými, opraženými mandlemi, načež cukrovinky nejdříve v mírnější troubě usušíme a pak dáme do teplejší zarůžověti.

Rozpočet: 5 bílků - 35 *dkg* tluč. suchého cukru (ne moučky, ani pudru) - vosk - 3 *dkg* mandlí.

Sněhové kopečky.

Do kotlíku na sníh dáme bílky, hned přisypeme cukr, postavíme do kastrolu s vařící vodou a na plotně šleháme, až hmota mírně zhoustne. Poté do ní rychle přisypeme drobně nakrájené ovoce, lehce zamícháme a na povoskovaný plech děláme lžící malé kopečky. Nejdříve kopečky ve vlažné troubě osušíme, načež je dáme do teplejší trouby zarůžovět. — Hotové složíme na mísu mezi různé cukrovinky.

Rozpočet pro 5 osob: 3 bílky - 15 *dkg* cukru - 5 *dkg* fíků - 5 *dkg* datlí - 5 *dkg* vlašských ořechů - vosk na plech. - Místo ovoce můžeme zamíchati do sněhu celkem 15 *dkg* oříšků.

Hubinky z vařeného cukru.

5 *dkg* kostkového cukru povaříme s $^{1}/_{8}$ *l* vody na nit, která se netrhá. Takto uvařený hustý cukr ještě horký zašleháme do tuhého sněhu ze 4 bílků. Po vychladnutí zašleháme do sněhu 4 *dkg* tluč. prosátého cukru a 5½ *dkg* cukru pudru lehce zamícháme a kornoutkem s trubičkou stříkáme různé tvary, které volně usušíme na povoskovaném plechu.

Sněhové řetězy na vánoční stromek.

Ze 4 bílků ušleháme pevný sníh, do kterého zašleháme 7 *dkg* tlučeného cukru. Potom přilijeme 19 *dkg* cukru vařeného ve ¼ litru vody na silnou nitku a šleháme, až sníh vychladne. Pak přidáme ještě 6 *dkg* cukru (pudru). Hustou hmotu rozdělíme na 2 nestejné polovičky,

menší díl obarvíme červeným bretonem, druhou polovinu necháme bílou. Hmoty složíme do 2 kornoutů s hvězdičkovou trubičkou. Pak na povoskovaný plech vystříkáme vedle sebe obarveným sněhem hubinky, na ně napneme ozdobnou stříbrnou nit neb úzkou stužku a na tuto vystříkáme z bílého sněhu malé hubinky. Řetězy sušíme v chladné troubě, pak v teplejší je dosušíme.

Kávové hubinky.

Kusový neb kostkový cukr polijeme silnou černou kávou a povaříme na silnou nitku. Z bílků si ušleháme hodně tuhý sníh, do kterého zašleháme hodně horký cukr a tlučenou vanilku. Hustým krémem vystříkáme pomocí kornoutu a trubičky hubinky na povoskovaný plech a v mírné troubě je usušíme.

Rozpočet: ze 3 *dkg* pražené kávy si připravíme ⅛ *l* odvaru, kterým polijeme 32 *dkg* cukru a uvaříme. Sníh ze 3 bílků - na špičku nože vanilky.

Sněhové hubinky (jiný způsob).

Cukr s vodou svaříme na bublinu a ještě vařící lijeme tenkým proudem stále šlehajíce do hustého sněhu. Těsto necháme vychladnouti, občas jím zamícháme. Na povoskovaný plech děláme věnečky nebo hubinky a pečeme je v teplé troubě do růžova.

Rozpočet: na 1 bílek 10 *dkg* cukru a 1 ½ lžíce vody.

Třené hubinky.

Do mísy dáme prosátý, jemně tlučený cukr, citronovou šťávu, bílek a mícháme tak dlouho, až drží tvary. Pak uděláme hubinky a pečeme je ve velmi mírné troubě do růžova.

Rozpočet: 1 bílek - lžíce citronové šťávy - 15 až 18 *dkg* tlučeného cukru.

Datlové hubinky.

Do tuhého sněhu zašleháme cukr, kotlík postavíme do kastrolu s vařící vodou a na plotně šleháme, až hodně zhoustne. Pak přidáme strouhanou citronovou kůru, tlučenou vanilku, na nudličky nakrájené datle a vlašské ořechy, opražené, nakrájené lískové oříšky a loup. nakrájené mandle. Vše dobře zamícháme a na povoskovaný plech děláme lžičkou a nožem podélné hubinky, které usušíme v mírné troubě do růžova. Též můžeme sněhem obaliti celou datli (bez pecek).

Rozpočet: 5 bílků - 35 *dkg* jemného tluč. prosátého cukru - z ½ citr. kůra - na špičku nože vanilky - 12 *dkg* datlí - 7 *dkg* vlašských ořechů - 7 *dkg* lískových oříšků - 5 *dkg* mandlí - vosk na plech.

Mikulášské hubinky.

Pěkné, velké, sušené švestky zalijeme málo vodou a uvaříme ne příliš do měkka. Pak je dáme na sito okapati. Zatím připravíme takto

mandlové těsto: opražené lískové oříšky a loupané mandle umeleme, smícháme s bílkem a dobře je ve hmoždíři utlučeme. Pak je dáme na prkénko, smícháme s pudrovým cukrem a bílkem, přidáme v cukru naloženou, jemně usekanou pomerančovou kůru a vše zpracujeme v tuhou hmotu. Pak ji rozdělíme na tolik dílů, kolik jest švestek. Okapané, osušené švestky zbavíme opatrně pecek, z mandlového těsta uděláme podélné šištičky, které vložíme do každé švestky. Poté si ušleháme z čerstvých bílků hodně tuhý sníh a menší polovinu tlučeného cukru do něho zašleháme. Pak metlu vyndáme a vařečkou lehce, ale dosti rychle zamícháme druhou větší polovinu cukru a kakaový prášek. Sněhovou hmotu vložíme do velkého kornoutu, který jest opatřen hladkou trubičkou a na povoskovaný, studený plech vytlačíme z poloviny hmoty malé hromádky. Na ně položíme naplněné švestky a přikryjeme je sněhem tak, aby vznikly kulaté hubinky a švestky nebyly viděti. Hubinky klademe dosti řídce vedle sebe, neboť se při pečení dosti zvětší. Plech vložíme s hubinkami do velmi mírné trouby, kde je usušíme, až na povrchu ztvrdnou. Pak je lehce potřeme žloutkem a dáme do teplejší trouby zarůžověti. Tyto hubinky můžeme připraviti místo se švestkami s naplněnými datlemi a bez kakaového prášku.

Rozpočet: 30 velkých sušených švestek neb pěkných datlí. *Mandlové těsto:* 5 *dkg* oříšků - 5 *dkg* mandlí - ½ bílku na utlučení - 15 *dkg* pudrového cukru - ½ bílku - 1 *dkg* pomerančové kůry - z 5 bílků sníh - 30 *dkg* tlučeného cukru - ½ *dkg* kakaového prášku - 1 žloutek - vosk na plech.

Sněhové rohlíčky.

Oloupané, rozsekané mandle na pánvi upražíme do žluta a dáme vychladnouti. Z čerstvých bílků si ušleháme tuhý sníh, do kterého zašleháme polovinu tlučeného, ne vlhkého cukru a polovinu zamícháme vařečkou. Z tuhého sněhu vykrájíme kousky, dáváme je do studených upražených mandlí, rychle je v nich obalíme a uděláme malé rohlíčky, které složíme na povoskovaný plech a ve vlažné troubě je sušíme 1½ hod.

Rozpočet: 15 *dkg* mandlí neb oříšků - ze 4 bílků sníh - 21 *dkg* tlučeného cukru - vosk.

Sněhové ježky nebo věžičky.

Připravíme si tuhý sníh s cukrem jako na sněhové rohlíčky. Dřevěné formičky namočíme na ¾ hod. do horké vody, otřeme je a kornoutkem děláme na ně hubinky nebo na ně hladkou malou trubičkou naneseme šnekovitě sníh. Takto připravované formičky se sněhem usušíme v mírné troubě. Zatím si připravíme z lineckého těsta tyto spodečky: do hladké mouky s cukrem a strouhanou čokoládou rozsekáme máslo, přidáme vanilku, žloutky a vypracujeme těsto, které dáme ztuhnouti. Pak je vyválíme na ¼ *cm* silně, vykrájíme hvězdičky neb jen kolečka a na máslem potřeném a moukou posypaném plechu je upečeme do růžova. Na studená kolečka neb hvězdičky nakupíme šlehanou smetanu se zahradní jahodou a přikryjeme sněhovými ježky neb věžičkami. Nemáme-li dřevěných formiček, upečeme si z piško-

tového těsta indiánky a kornoutem připravíme sladký sníh jako na formičky a pak je usušíme.

Rozpočet: Ze 4 bílků sníh - 21 *dkg* tlučeného cukru. — *Spodečky:* 21 *dkg* hladké mouky - 14 *dkg* másla - 7 *dkg* cukru - 2 tabulky čokolády - 2 žloutky - vanilka - ¼ *l* šlehané smetany - 3 *dkg* cukru - 10 *dkg* zahradních jahod.

Sněhové obloučky.

Do tuhého sněhu z bílků zašleháme polovinu tlučeného cukru a polovinu lehce zamícháme. Pak přidáme loupané, na tenké plátky nakrájené mandle a vanilku. Kotlík s promíchaným sněhem postavíme na plotnu do kastrolu s vařící vodou a šleháme tak dlouho metlou, až se nám tvoří nitka, která se netrhá. Pak ještě hmotu mícháme, až vychladne. Potom ji rozetřeme na 5 bílých oplatek (koupíme je u materialisty), které jsme dříve spojily bílkem na dlouhý, velký pruh. Ostrým nožem pak nakrájíme úzké pruhy 4 *cm* široké, složíme je na máslem potřené, moukou posypané obloučkové formy neb struhadla, v mírné troubě obloučky usušíme a v teplejší je necháme zarůžovět. Pak je opatrně z formy odstraníme a složíme na mísu.

Rozpočet: 7 velkých neb 8 menších bílků - 28 *dkg* tluč. prosátého cukru - 28 *dkg* loupaných mandlí - tlučená vanilka - 5 bílých oplatek - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky.

Mandlové obloučky.

Polovinu mandlí rozemeleme, polovinu na hrubo usekáme a smícháme v kastrolu s cukrem, vanilkou, bílky a moukou. Pak postavíme kastrol na okraj plotny a nahříváme tak dlouho, až se tvoří nit. Zchladlé těstíčko rozetřeme na oplatky, nakrájíme na 2½ *cm* široké pásky, které dáme přes máslem vymazanou, moukou vysypanou formu do hodně mírné trouby péci do růžova.

Rozpočet: 16 *dkg* mandlí nebo oříšků - 18 *dkg* cukru - 3 bílky - 1 *dkg* mouky - 2 oplatky - 1 *dkg* másla - 1 *dkg* mouky.

Obloučky s polevou.

Opražené, rozemleté, prosáté oříšky, strouhanou citronovou kůru spojíme s cukrem a bílky v husté těsto, které rozválíme na obdélník 12 *cm* široký a ½ *cm* silný. Pomažeme jej bílkovou polevou, položíme na oplatky a nakrájíme na 2 *cm* široké pásky. Tyto položíme na obloučkovou formu a pečeme je v mírné troubě do světlerůžova.

Rozpočet: 30 *dkg* oříšků - citronová kůra - 35 *dkg* cukru - asi 4 až 5 bílků (podle hustoty) - 3 oplatky. — *Poleva:* 15 *dkg* cukru - 1 bílek - citr. šťáva (viz Mandlové trojhránky str. 362).

Mandlové kornoutky.

Oloupané, jemně ustrouhané mandle smícháme s bílky a utlučeme v mosazném hmoždíři na kaši. Dáme ji do misky, přidáme k ní ostatní bílky a cukr a mícháme asi 25 minut. Pak zamícháme do utřeného

těstíčka prosátou hladkou mouku. Plech vymažeme syrovým máslem, vysypeme krupičkovou moukou, velkým koblihovým kroužkem naznačíme kruhy, na které rozetřeme z těsta kulatým nožem hodně tenké placičky. Upečeme je do růžova a ještě horké placičky stočíme v kornoutky pomocí vařečky, neb je navineme na dřevěný kužel. Studené naplníme kávovým krémem a posypeme tlučeným griliášem nebo čokoládovým krémem a ozdobíme zavařenou višní. Nebo kornoutky naplníme šlehanou smetanou a ozdobíme čerstvou zahradní jahodou nebo je plníme zmrzlinou.

Kávový krém (nádivku) viz Kávový dort str. 391.

Čokoládový krém (nádivka) viz Čokoládový dort I. str. 392.

Rozpočet: 10 *dkg* mandlí - 3 bílky na utlučení - 25½ *dkg* cukru - 4 bílky - 12—15 *dkg* hl. mouky - 3 *dkg* másla a 3 *dkg* mouky na plech - ½ *l* šlehané smetany a 6 *dkg* cukru do ní a 10 *dkg* zahradních jahod.

Třené bílkové koláčky.

Opražené (bez slupky) strouhané oříšky a oloup. strouhané mandle smícháme s cukrem, vanilkou a bílky a třeme v míse vařečkou 15 minut. Potom děláme malé koláčky (lžičkou a nožem) na povoskovaný plech, do každého doprostřed položíme půlku loupaných mandlí a koláčky upečeme v mírné troubě do růžova.

Rozpočet: 10 *dkg* opražených oříšků - 10 *dkg* mandlí - 10 *dkg* tlučeného cukru a 10 *dkg* pudrového cukru - na špičku nože vanilky - 2 velké neb 3 malé bílky - vosk na plech - 3 *dkg* mandlí na ozdobu.

Vařené bílkové koláčky.

Tlučený cukr, neloupané, strouhané mandle, bílky a tlučenou vanilku smícháme v kastrolu, načež vše postavíme na plotnu a na mírném ohni povaříme na hustou kaši. Pak rychle děláme kávovou lžičkou na povoskovaný plech koláčky, ve vodě namočeným nožem je uhladíme, ozdobíme půlkami loupaných mandlí a v mírné troubě je upečeme do růžova.

Rozpočet: 14 *dkg* cukru - 7 *dkg* mandlí - 3 bílky - vanilka - vosk - 3 *dkg* mandlí na ozdobu.

Mandlové rohlíčky.

Opražené, jemně rozemleté oříšky neb loupané mandle, které před mletím na plechu usušíme, smícháme s 1 bílkem a utlučeme v hmoždíři. Pak zamícháme v míse do oříšků neb mandlí ještě 3 bílky, citronovou kůru, pudrový a tlučený cukr a třeme 15 minut. Do umíchaného těsta přidáme strouhanou housku neb piškotové drobečky, vykrájíme lžičkou kousky, vložíme je do rozstrouhaných, opražených neb na plátky nakrájených oříšků, vyválíme z nich válečky, ze kterých upravíme rohlíčky. Klademe je na máslem potřený neb povoskovaný plech a do růžova je upečeme v mírné troubě. Ještě horké je potřeme rozvařeným cukrem, aby se leskly.

Rozpočet: 14 *dkg* oříšků neb mandlí - 1 bílek - 28 *dkg* cukru dohromady - 3 bílky - citr. kůra - 10 *dkg* strouhané housky neb 10 *dkg* piškotových drobečků - 8 *dkg* oříšků neb mandlí na obalení - 1 *dkg* másla neb vosku na plech. — *Na potření* povaříme 3 *dkg* cukru a 1 lžíci vody.

Pignolové rohlíčky.

Připravíme si rohlíčky mandlové jako v předešlém předpise a na plechu je ozdobíme rozpůlenými pignolkami, t. j. semeny šišky ze stromu pinie. Pinie roste v jižní Italii. Rohlíčky pečeme jako předešlé.

Rozpočet: 8 *dkg* pignolek.

Oříškové rohlíčky.

Neloupané lískové neb vlašské ořechy ustrouháme. K nim přidáme prosátý, moučkový cukr, vanilku, citronovou kůru, tlučený hřebíček a z bílků tuhý sníh. Stříkačkou neb rukou děláme kroužky nebo rohlíčky a upečeme je na máslem vymazaném a moukou vysypaném plechu ve velmi mírné troubě. Pečené potřeme rozvařeným cukrem.

Rozpočet: 19 *dkg* oříšků neb ořechů - 19 *dkg* cukru - vanilka - citr. kůra - 1 hřebíček - ze 3 bílků sníh - 1 *dkg* másla - 1 *dkg* mouky - 2 *dkg* cukru - 1 lžíce vody.

Ořechové cukrovinky.

Na vál si prosejeme krupičkovou mouku, jemný cukr a tluč. vanilku. Pak do toho rozsekáme máslo, přisypeme vlašské strouhané ořechy a spojíme v těsto žloutky. Lehce vypracované těsto vyválíme, vykrájíme hvězdičky neb kolečka a na suchém plechu je upečeme do růžova. Na upečené ještě horké cukrovinky vystříkáme hustou bílkovou polevou větší tečky a položíme na ně půl jádra vlašského ořechu. Potom necháme cukrovinky ve vlahé troubě oschnouti. Hotové cukrovinky upravíme na mísy neb do perníkové krabičky mezi jiné cukrovinky.

Bílková poleva: 20 *dkg* pudrového prosátého cukru, 2 bílky, ½ kávové lžičky citronové šťávy utřeme v míse do husta.

Rozpočet na 1 mísu: 26 *dkg* krupič. mouky - 10 *dkg* pudrového neb moučkového cukru - 11 *dkg* vlaš. jader - ze ¼ citronu kůra - 1 *cm* utluč. vanilky - 18 *dkg* másla - 3 žloutky. — *Na ozdobu* 10 *dkg* vlašských jader.

Ořechové jetelíčky.

Na vál si připravíme mleté vlašské a lískové oříšky, pudrový cukr, vanilkový prášek neb utlučenou vanilku a citronovou kůru a vše spojíme vajíčkem v těsto. Vypracované těsto nakrájíme na malé stejné kousky a uděláme z nich kuličky. Poté vždy tři kuličky spojíme dohromady vajíčkem a roztlačíme je do tvaru jetelíčků. Povrchu potřeme cukrovinky též vajíčkem a do každého lístku vtlačíme půlku loupané mandle nebo oloupaný (t. j. opražený) oříšek. Upravené cukrovinky klademe na máslem pomazaný nebo povoskovaný plech a ve velmi málo vytopené troubě je usušíme. Hotové cukrovinky upravíme mezi ostatní cukrovinky. Voskování plechu viz str. 350!

Rozpočet na 1 mísu: 28 *dkg* jader (z ořechů i oříšků) - 18 *dkg* pudr. cukru - ¼ balíčku vanilk. cukru neb 1 *cm* vanilky - ze ¼ citronu kůra - 1 vejce - 2 *dkg* cukru na vál při pracování - 10 *dkg* oříšků neb mandlí na ozdobu - 1 vejce na spojení a potření - 2 *dkg* másla na plech - neb 2 *dkg* vosku.

Mandolety.

Cukr a žloutky třeme ¼ hod. Pak přidáme strouhanou čokoládu, strouhanou citronovou kůru, trochu tluč. skořice, hřebíček, z bílků tuhý sníh, současně s nakrájenými neloupanými mandlemi a krupičkovou moukou. Na máslem potřený, moukou posypaný plech položíme 2 bílé oplatky, těsto na ně 2 *cm* vysoko rozetřeme, zahradíme papírem a v mírné troubě upečeme. Po vychladnutí nakrájíme je na proužky.

Rozpočet: 12½ *dkg* cukru - 3 žloutky - 3 tabulky čokolády - ze ¼ citr. kůra - 1 tluč. hřebíček - skořice - 12½ *dkg* neloupaných krájených mandlí - ze 3 bílků sníh - 12 *dkg* krupičkové mouky - 1 *dkg* másla a mouky - 2 bílé oplatky.

Kokosové koláčky I.

Do tuhého sněhu z bílků zašleháme polovinu tlučeného, prosátého cukru a polovinu lehce zamícháme současně se suchým strouhaným kokosem, citronovou kůrou a strouhanou houskou. Hustou hmotou naplníme kornout s hladkou trubičkou a na povoskovaný plech děláme koláčky. Nejdříve je ve velmi mírné troubě usušíme a pak v teplejší upečeme do růžova.

Rozpočet: Ze 4 bílků sníh - 28 *dkg* tluč. cukru - citr. kůra - 14 *dkg* suchého strouhaného kokosu - 2 *dkg* strouhané housky - vosk - papír na kornout.

Kokosové koláčky II.

Suchý umletý kokos, moučkový cukr, $^1/_{16}$ *l* vody a bílky mícháme na kastrolu, přistavíme na okraj plotny a nahříváme, až se táhne nit. Pak přidáme mouku, a když těstíčko vychladne, děláme na povoskovaném plechu hromádky, urovnáme je navlhčeným nožem a upečeme v horké troubě do růžova.

Mletý kokos koupíme u každého většího kupce neb lahůdkáře.

Rozpočet I.: 15 *dkg* kokosu - 24 *dkg* cukru - $^1/_{16}$ *l* vody - 2½ bílku - 5½ *dkg* mouky - vosk na plech.

Rozpočet II.: Do tuhého sněhu z 5 bílků zašleháme 30 *dkg* tlučeného cukru a šleháme na plotně v horké vodě až trochu zahoustne; když vychladne, přidáme 25 *dkg* mletého kokosu a děláme kokosky na potřený plech, které v troubě upečeme.

Ovesné kopečky.

V míse utřeme máslo, přidáme vejce, jemný cukr, vanilku, zrnéčko soli a třeme 15 minut. Poté přimícháme ovesné vločky, jemně mletý suchý kokos a bramborovou moučku. Z těsta vykrájíme kávovou lžicí kousky, klademe je na máslem potřený plech, nožem je lehce urovnáme a dáme péci do prostředně horké trouby. Do růžova upečené kopečky složíme na mísu, pocukrujeme a podáváme k čaji a pod.

Rozpočet pro 5 osob: (na 20 kusů) - 3 *dkg* čerstvého másla - 10 *dkg* cukru - 1 vejce - 1 *cm* utluč. vanilky - 8 *dkg* ovesných vloček - 5 *dkg* kokosové moučky - 1 *dkg* bramborové moučky - 2 *dkg* másla na plech.

Ovesné placičky.

Do umíchaného másla dáme cukr, vejce, zrnéčko soli, strouhanou citronovou kůru a kypřící prášek. Poté přidáváme po lžících ovesné vločky, jemně usekané hrozinky a mouku. Dobře promíchané těsto nakrájíme na stejné kousky, uděláme malé placičky, složíme je na máslem potřený plech a dáme do horké trouby. Zapečené placičky dopečeme v mírnější troubě do růžova. Hotové placičky složíme na mísu, pocukrujeme a podáváme k čaji.

Rozpočet pro 5 osob na 20 placiček: 8 *dkg* másla - 8 *dkg* cukru - 1 vejce - zrnéčko soli - ½ kávové lžičky kypřícího prášku - 1 cm^2 citr. kůry - 8 *dkg* ovesných vloček - 10 *dkg* hladké mouky - 5 *dkg* hrozinek - 2 *dkg* másla na plech - 1 *dkg* cukru na posypání.

Pařížské žemličky.

Prosátý cukr (pudr) a žloutky umícháme do husta, poté přidáme loup., jemně strouhané mandle, citronovou kůru, tlučenou vanilku a podle potřeby jemně strouhaných, prosátých piškotových drobečků. Z tuhého těsta děláme malé žemličky neb housky, složíme je na povoskovaný plech, polííčme dvakrát žloutkem a dáme do horké trouby rychle ožehnouti. Pak je hned vyndáme a necháme vychladnouti.

Rozpočet: 12 *dkg* cukru - 2 žloutky - 14 *dkg* mandlí - vanilka - citr. kůra - asi 15—20 *dkg* piškotových drobečků - 1 žloutek na potření - vosk na plech.

Hříbečky z mandlového těsta.

Opražené rozstrouhané oříšky a loupané strouhané mandle smícháme s bílkem a v hmoždíři utlučeme. Pak je dáme na vál, přidáme prosátý cukr (pudr) a ještě bílek, rum neb citr. šťávu, vypracujeme tuhou hmotu a rozdělíme ji. Do jedné části přimícháme rozstrouhanou čokoládu, uděláme hlavičky hříbků a do každé uděláme obrácenou vařečkou dolíček. Ze světlé části vytvoříme nožičky, spojíme je bílkem s hlavičkou a hříbečky dáme na prkénko cukrem posypané usušiti.

Z téže bílé hmoty děláme jablíčka, hruštičky, třešně, ořechy, květáček a pod.

Na ořechy si připravíme těsto jako na hříbečky, takže z bílého vytlačujeme formičkou jádra, z čokoládového skořápky. Pak je bílkem spojíme. Hruštičky a jablíčka uděláme rukama z bílé hmoty, zastrčíme do nich stopky z usušených višní, jako okvětí dáme hřebíček a ovoce dáme usušiti. Pak je potřeme žlutým bretonem, usušíme a znovu ozdobíme červeným bretonem. Třešně obarvíme červeným bretonem, květáček a okurky zel. bretonem.— Muchomůrky uděláme bílé, klobouček obarvíme červeným bretonem a bílé tečky uděláme z bílé bílkové polevy.

Rozpočet: 10 *dkg* oříšků - 10 *dkg* mandlí - 40 *dkg* cukru - 2 bílky - rum - 3 *dkg* čokolády.

Mandlové švestky.

Z bílé hmoty jako na hříbečky uděláme švestky, napícháme je na špejle, zastrkáme do pytlíku s moukou a usušíme. Potom si rozehřejeme v hrnečku 20 *dkg* čokoládové máčecí hmoty s mandlovým olejem nebo přidáme kousek kakaového másla, dobře umícháme, švestky do ní namáčíme a necháme usušiti. Potom špejle vyndáme, místo nich dáme stopky z usušených višní a švestky napudrujeme rýžovou moučkou a složíme je do papírových košíčků. Hlavičky hříbečků mohou se též políti čokoládovou hmotou.

Bombičky.

Prosátý cukr (pudr), bílek, citronovou šťávu a tlučenou vanilku třeme v míse 25 minut. Poté přidáme mleté vlašské neb lískové oříšky a ještě tolik cukru, aby bylo těsto tuhé. Z těsta nakrájíme stejné kousky, do každého dáme půlku ořechu neb celý oříšek, uděláme kuličky a dáme je oschnouti. Suché polijeme čokoládovou máčecí hmotou neb jen čokoládovou polevou a posypeme sekanými loup. mandlemi.

Když poleva oschla, složíme bombičky do papírových košíčků.

Rozpočet na 15 kusů: 10 *dkg* cukru (pudru) - 1 bílek - lžíce citronové šťávy - vanilka - 10 *dkg* ořechů neb oříšků - asi 20 *dkg* cukru (pudru) - 3 *dkg* oříšků dovnitř - 1 *dkg* mandlí na posypání - papír. košíčky - ¼ *kg* máčecí čokoládové hmoty nebo poleva ze 6 *dkg* čokolády - ⅛ *l* vody - 10 *dkg* cukru a ½ *dkg* másla. (Polevu viz Ořechové řezy str. 331!)

Cukrové kaštánky.

Pěkné kaštany vložíme do hrnce se studenou vodou a vaříme je 30 minut. Pak vodu scedíme, kaštany zbavíme slupky a sítem je prolisujeme. Na vál si připravíme pudrový cukr, oloupané kaštany vložíme do něho a vypracujeme kaštanové těsto. Těsto nakrájíme na stejné kousky, rukou uděláme kaštany, načež na širší straně je napícháme na tenké špejle. Když kaštany oschnou, poléváme je čokoládovou polevou a aby se neporouchaly, zapícháme je do sáčku s moukou. Oschlé kaštany zbavíme špejlí, dáme je do papírových košíčků a vložíme je mezi čajové cukrovinky. Z téhož kaštanového těsta můžeme udělati švestky a o vánocích je pověsíme na stromeček.

Čokoládová poleva se upraví jako na Čokoládové koule, viz str. 333!

Rozpočet na 1 mísu: 1 *kg* vařených prolisovaných kaštanů - 25 *dkg* pudrového cukru - papírové košíčky - špejle.

Kávové ořechy.

Vlašské ořechy jemně rozstrouháme a dáme na vál, přidáme k nim prosátý cukr (pudr), lžíci meruňkové zavařeniny a lžíci silné, černé, studené kávy. Vše smícháme a dobře vypracujeme. Z hmoty děláme malé kuličky, doprostřed vložíme půlku ořechového jádra a usušíme je. Potom kuličky polijeme hustou kávovou polevou, a když oschla, udě-

láme ze zbytku polevy spirálku neb ozdobíme je, nežli oschnou, půlkami jader ořechů.

Poleva: 20 *dkg* cukru (pudru) a podle potřeby horké silné černé kávy třeme do husta.

Rozpočet na 20 ořechů: 25 *dkg* vlašských ořechů (jader) - 15 *dkg* cukru - 2 lžíce meruňkové zavařeniny - 1 lžíce silné černé kávy - 5 *dkg* jader ořechů dovnitř - 3 *dkg* ořechů na ozdobu - (3 *dkg* pražené kávy - ¼ *l* vody na kávu).

Kávové ořechy s polevou.

Kostkový cukr polejeme studenou vodou a uvaříme na nitku, která se netrhá (40°). Do vařícího cukru hodíme celá jádra vlašských ořechů a vaříme dále, až cukr zkrystalisuje. Jakmile začíná tuhnouti, odstavíme jej. Vychladlou hmotu v hmoždíři utlučeme neb na masovém strojku umeleme, přidáme trochu vanilky a kávovou tresť neb silnou černou kávu. Je-li hmota příliš tuhá, přilejeme do ní ještě černou kávu, do řídké přisypeme pudrového cukru. Hmota musí býti vláčná a jemná. Z upravené hmoty uděláme stejné kuličky a dáme je na pocukrované prkénko usušiti. Pak je polejeme hustou kávovou polevou, načež je ozdobíme jádrem vlašského ořechu. Suché cukrovinky vložíme do papírových košíčků a upravíme na mísu mezi různé jiné cukrovinky. Tuto cukrovinku můžeme upraviti též z loupaných mandlí neb opražených lískových oříšků.

Poleva: 20 *dkg* pudrového cukru — podle hustoty silné horké černé kávy utřeme do zhoustnutí.

Rozpočet na 12 kusů: 15 *dkg* cukru - ⅛ *l* vody - 15 *dkg* jader z vlaš. ořechů - 1 *cm* vanilky - ½ kávové lžičky tresti nebo lžíce silného odvaru kávy (z 2 *dkg* pražené kávy) - 3 *dkg* jader vlašských ořechů - 12 papírových košíčků - 10 *dkg* pudrového cukru na zahuštění.

Šípkové cukrovinky.

Loupané strouhané mandle, prosátý cukr (pudr), bílek, šípkovou zavařeninu zpracujeme na vále v tuhé těsto. Potom je vyválíme asi na 2 *cm* vysoko, potřeme bílkovou polevou, a když trochu oschla, nakrájíme proužky, ze kterých děláme různé tvary. Cukrovinky na prkénku necháme uschnouti.

Poleva: 7 *dkg* pudrového cukru, ½ bílku, trochu citronové šťávy umícháme na hustou polevu.

Rozpočet: 7 *dkg* loupaných mandlí - 21 *dkg* pudrového cukru - půl bílku - lžíce šípkové zavařeniny - 3 *dkg* cukru na vál.

Kakaové cukrovinky.

Vepřové sádlo neb máslo umícháme s cukrem, načež přidáme mouku, kakao s vanilkou a zpracujeme těsto. Z něho pak uděláme malé kuličky, které poněkud stlačíme v prostředku a upečeme na máslem potřeném plechu v mírné troubě. Pak prostředek naplníme zavařeninou. Vlahé pečivo hodně pocukrujeme.

Rozpočet: 15 *dkg* másla neb škvařeného dobrého vepřového sádla - 15 *dkg* cukru - 16 *dkg* hladké mouky - 6 *dkg* kakaa - vanilka - 5 *dkg* husté zavařeniny - 1 *dkg* másla na plech - 2 *dkg* vanilkového cukru na posypání.

Pomoranče v čokoládě.

Očištěné dílky pomorančů napíchneme na dřevěné špejle a namáčíme je v husté čokoládové polevě a usušíme. Potom špejle odstraníme a pomoranče upravíme do papírových košíčků a složíme je mezi jiné drobné cukrovinky.

Polevu, viz Čokoládové koule 333! — 3 pěkné pomoranče. Zahradní velké jahody neb naloženou pomorančovou kůru připravujeme tímtéž způsobem.

Čokoládové placičky s pomorančovou kůrou (Marokánky).

Do kotlíku na sníh nalijeme smetanu šlehačku, přidáme tlučený cukr, nakrájené čajové máslo, na nudličky nakrájené loupané mandle a na nudličky nakrájenou pomorančovou, v cukru naloženou kůru. Kotlík postavíme na oheň a vše mícháme do bodu varu (ne vařiti). Pak přidáme hladkou mouku, promícháme a na plech dobře máslem vymazaný a krupičkovou moukou posypaný děláme stejně velké hubinky. Upečeme je v teplejší troubě do růžova. Vzniklé studené placičky odstraníme s plechu a na spodní straně je polijeme čokoládovou polevou.

Polevu čokoládovou si připravíme právě tak, jak jest popsána na čokoládové koule, viz str. 333!

Rozpočet pro 5 osob: ⅛ *l* šlehané smetany - 25 *dkg* čajového másla - 25 *dkg* mandlí - 25 *dkg* tlučeného cukru - 13 *dkg* pomorančové naložené kůry (měkké) - 3 *dkg* hladké mouky - 2 ½ *dkg* másla a 1 ½ *dkg* mouky na plech.

Čokoládové věnečky.

Prosátý moučkový cukr, strouhanou čokoládu neb kakao a bílek smícháme a vypracujeme tuhé těsto na vále posypaném cukrem. Válečkem je vyválíme na 1 *cm* vysoko, vykrájíme věnečky neb hvězdičky a na povoskovaném plechu je pečeme v mírně vyhřáté troubě. Pak je okrášlíme bílkovým ledem.

Bílkový led: 12 *dkg* cukru (pudru), 1 bílek, citr. šťávu umícháme podle potřeby do husta. Umíchaným ledem naplníme kornoutek a vytlačujeme na věnečkách různé ozdoby.

Rozpočet: 15 *dkg* cukru - 1 bílek - 2 *dkg* čokolády neb rovná lžíce kakaa - 5 *dkg* cukru na vál - vosk na plech.

Nugát — turecký med.

Do tuhého sněhu zašleháme tluč. prosátý cukr a šleháme ½ hodiny. Na pekáč si dáme med, do vařícího vmícháme sladký sníh a mícháme, až se vše slepuje. Do toho přidáme na hrubo nakrájené vlašské ořechy, vanilku, načež hmotu rozetřeme na 2 bílé oplatky, druhými

dvěma přikryjeme a sušíme na kamnech. Pak hned zatížíme dřevěnou deskou a dáme vychladnouti, potom teprve nakrájíme na malé pruhy.

Rozpočet: Sníh z 5 bílků - 28 *dkg* cukru - 15 *dkg* medu - 20 *dkg* ořechových jader - vanilka - 4 bílé oplatky.

Pasianz.

Do tuhého sněhu z bílků zašleháme cukr vařený s černou kávou na silnější nit (nitka se netrhá). Pak sníh zasypeme hladkou moukou. Studenou hmotou naplníme kornout a na málo máslem potřený a moukou vysypaný plech vystřikujeme různé vzorky. Buď kolečka, obdélníky nebo elipsy, brýle, kosočtverce a pod. Takto připravené cukrovinky necháme v teplém místě sušiti 1 hod. Pak je dáme do velmi mírné trouby upéci (vlastně usušiti). Též můžeme těsto vystřikovati do formiček k tomu zhotovených.

Rozpočet: 4 bílky - 28 *dkg* cukru - ¼ *l* černé kávy - 20 *dkg* hladké mouky - ½ *dkg* másla - ½ *dkg* mouky na plech.

Zázvorky I.

Tlučený prosátý cukr, celé vejce a žloutek dáme do mísy, kterou postavíme do vařící vody a mícháme, až je těsto teplé. Potom mísu vyndáme a znovu mícháme, až těsto vychladne, celkem půl hodiny. Poté přidáme prosátý tluč. zázvor, hladkou a krupičkovou mouku a přimísíme bramborovou moučku. Na vále vyhněteme těsto, vyválíme je a vykrájíme formičkou zázvorky. Složíme je na povoskovaný plech a necháme přes noc ležeti. Ráno je upečeme v mírné troubě.

Rozpočet: 25 *dkg* cukru - 2 celá vejce - 1 žloutek - 1 *dkg* zázvoru - 25 *dkg* mouky - 6 *dkg* bramborové moučky - vosk na plech.

Zázvorky II.

Prosátý cukr, žloutky, vejce, tlučený prosátý zázvor utřeme, až vše zhoustne. Poté přidáme na špičku nože amonia a krupičkovou mouku. — Umíchané těsto na vále vyválíme, vykrájíme zázvorky, složíme je na povoskovaný plech a sušíme je 3 hodiny. Pak je teprve ve velmi mírné troubě upečeme.

Rozpočet: 25 *dkg* cukru - 2 celá vejce - 2 žloutky - ¼ *dkg* zázvoru - 30 *dkg* krupičkové mouky - na špičku nože amonia - vosk.

Jemné sušenky.

Do umíchaného másla s cukrem přidáme vejce, citr. kůru, tluč. vanilku a znovu utřeme. Pak přisypeme pšeničnou mouku a bramborovou moučku s kypřicím práškem. Vypracované těsto dáme na vál, vyválíme na ¼ *cm* silnou plochu, vykrájíme formičkou na sušenky různé tvary, složíme je na povoskovaný plech a upečeme je v mírné troubě do růžova. Upečené dáme uležeti. Čím starší, tím jsou křehčí. Podáváme je k čaji.

Rozpočet na 1 mísu: 12 *dkg* másla - 22 *dkg* cukru - 45 *dkg* mouky - 5 *dkg* bramb. moučky - 3 vejce - ¼ balíčku kypřicího prášku - 1 *cm* utlučené vanilky - ze ¼ citronu kůra - 3 *dkg* mouky na vál - 2 *dkg* másla neb vosku na plech.

Sušenky.

V míse si umícháme do pěny máslo, přidáme cukr, vejce, citr. kůru, tluč. vanilku a znovu umícháme. Pak přilijeme po lžicích smetanu, bramborovou a hladkou mouku, rozválené amonium, načež na vále vypracujeme tuhé těsto, které uložíme do studena na ½ hod. Ztuhlé těsto vyválíme na ¼ *cm* silně, formičkou nakrájíme sušenky, složíme je na voskem potřený plech, lehce potřeme mlékem a ve velmi mírné troubě je upečeme do bleděrůžova.

Upečené sušenky můžeme politi čokoládovou polevou z čokoládové máčecí hmoty a ozdobiti loupanou mandlí. — Polevu viz Polevy.

Rozpočet I.: 8 *dkg* másla - 12 ½ *dkg* cukru - 2 celá vejce - citronová kůra - tlučená vanilka - 1/16 *l* kyselé smetany - na špičku nože amonia - 30 *dkg* hladké mouky - 8 *dkg* bramborové moučky - vosk na plech - 1/16 *l* mléka na potření.

Rozpočet II.: tentýž postup. 8 *dkg* másla - 15 *dkg* cukru - 2 žloutky - citr. kůra - tlučená vanilka - ⅛ *l* kyselé smetany - na špičku nože amonia - 40 *dkg* jemné krupičkové mouky - vosk na plech.

Pískové pečivo.

Na vál si připravíme hladkou mouku a cukr, do všeho nožem rozsekáme máslo, přidáme žloutky, rum a dohromady lehce vypracujeme na těsto a dáme do studena do rána uležeti. Poté těsto vyválíme asi na ½ *cm* silně, vykrájíme věnečky, kolečka a jiné, položíme je na plech a v dobře vytopené troubě rychle upečeme. Teplé obalíme ve vanilkovém cukru.

Rozpočet na 1 mísu: 25 *dkg* mouky - 2 lžíce pudrového cukru - 16 *dkg* másla - 2 žloutky - 1 lžíce rumu - 3 *dkg* mouky na vál - 8 *dkg* pudrového cukru s vanilkou na obalení.

Máslové cukrovinky.

Do poloviny hladké a krupičkové mouky a citronové kůry rozsekáme máslo, pak přidáme ve 3 lžicích mléka, v trošce mouky málo vykynuté droždí, těsto vypracujeme na vále a uděláme kouli. Dáme ji do hrnce se studenou vodou a necháme v ní asi 1 hod. Potom těsto z vody vyndáme, otřeme utěrkou, dáme na pomoučený vál, rozválíme na ½ *cm* silně, vykrájíme různé tvary, které upečeme na pomoučeném plechu. Pak je hned, dokud jsou teplé, obalíme ve vanilkovém cukru.

Rozpočet: 20 *dkg* mouky (hladké a krupičkové) - 15 *dkg* másla - 3 lžíce mléka - 2 *dkg* droždí - citronová kůra - 5 *dkg* mouky na vál - 5 *dkg* vanil. cukru.

Anýzový chlebíček.

Připravíme si tolik tlučeného cukru, kolik váží 4 vejce, a právě tolik mouky. — Odvážený cukr a celá 4 vejce dáme do strojku na tření těsta neb kotlíku na sníh a v strojku třeme 10 minut (v kotlíku šleháme

25—30 minut). Do utřeného těsta zamícháme lehce ¼ kávové lžičky tlučeného anýzu a připravenou krupičkovou mouku. Lehce promíchané těsto vložíme do formy na biskupský chlebíček máslem vymazané a moukou vysypané a pečeme 20—30 minut. Pečený prochladlý chlebíček vyklopíme a studený nakrájíme na 1 *cm* silné plátky. Pečený chlebíček můžeme políti citronovou polevou a pak nakrájeti.

Rozpočet pro 5 osob: za 4 vejce - tlučeného cukru - krupičkové mouky - ¼ kávové lžičky anýzu - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky na formu.

Anýzové rohlíčky.

Do hladké mouky, moučkového cukru, utlučeného, prosátého anýzu rozsekáme máslo, přidáme žloutky a vypracujeme těsto, které dáme na půl hod. do studena.

Poté těsto vyválíme na obdélník, který dáme na máslem pomazaný papír na plech péci. Když je těsto napolo upečeno, potřeme je připravenou směsí a dopečeme. Potom ještě z teplého vykrájíme plechovým tvořítkem rohlíčky.

Směs na potření: Do tuhého sněhu ze 3 bílků zamícháme 14 *dkg* moučkového cukru, 5 *dkg* strouh. čokolády a 10 *dkg* strouhaných vlašských ořechů.

Rozpočet na těsto: 20 *dkg* hladké mouky - 5 *dkg* cukru - 1 lžíce anýzu - 10 *dkg* másla - 3 žloutky - papír - 1 *dkg* másla.

Anýzové řezy.

Připravíme si těsto jako na vanilkové tyčky, ale místo vanilky přidáme čtvrt kávové lžičky anýzu. Další úprava a rozpočet je stejný, viz str. 381!

Stříkané křehké cukrovinky k čaji.

V míse utřeme máslo do pěny. Pak k němu přidáme jemný tlučený cukr, tluč. vanilku, syrová vajíčka, prolisované žloutky z uvařených vajec a znovu dobře utřeme. Naposled přidáme hladkou mouku, zamícháme a těsto vložíme do stříkačky neb sáčku s hvězdičkovou trubičkou. Plech potřeme máslem a vystříkáme na něj různé tvary cukrovinek. V mírně vytopené troubě je upečeme do růžova. Pečené spojíme vždy dvě cukrovinky zavařeninou a konce namočíme do čokoládové polevy. (Můžeme vystříkati rohlíčky, tyčinky, esíčka a pod.)

Rozpočet na 1 talíř cukrovinek: 10 *dkg* másla - 6 *dkg* jemného cukru - 1 *cm* utluč. vanilky - 2 syrová vejce - 2 vařené žloutky - 19½ *dkg* hlad. mouky - 2 *dkg* másla na plech. — *Čokoládovou polevu* viz Čokoládové koule. (Týž rozpočet.)

Žloutkové vandličky.

(Vanilkové máslo.)

Žloutky, prosátý moučkový cukr, tlučenou prosátou vanilku a citronovou šťávu třeme ½ hod. Pak formičky jako rakvičky vyma-

žeme rozpuštěným kakaovým máslem, těstem naplníme formičky do dvou třetin a pečeme je v dobře vyhřáté troubě a jakmile vyskočí, dopečeme vandličky ve velmi mírné troubě do růžova. — Zchladlé vyndáme z formiček, vrchní stranu opatrně seřízneme ostrým nožem a vandličky naplníme šlehanou smetanou.

Rozpočet: 15 *dkg* cukru - 4 žloutky - 5 *cm* vanilky - 4 kapky citr. šťávy - 4 *dkg* kakaového nebo převařeného másla.

RŮZNÉ CUKROVINKY.

Pražené mandle.

Cukr s vodou mícháme na otevřeném ohni, až začne žloutnouti. Potom přisypeme otřené, neloupané mandle, skořici neb vanilku a mícháme, až se cukr na mandlích obalí. Pak přidáme 2 *dkg* převařeného másla, zamícháme a mandle vysypeme do jiné nádoby, kterou na chvíli přikryjeme utěrkou.

Rozpočet: 25 *dkg* cukru - ⅛ *l* vody - 25 *dkg* mandlí - ½ *dkg* tlučené skořice neb vanilky - 2 *dkg* převařeného másla.

Grilidášové košíčky.

Utlučený cukr rozpustíme bez vody a upražíme do žluta. Pak do něho zamícháme sekané opražené oříšky neb mandle a rychle zamícháme. Pak vložíme směs po lžičkách do plechových formiček, olejem neb máslem vytřených, nakrájeným citronem dobře rozetřeme po stěnách formiček, pak opatrně nožem z formiček vyndáme a necháme vystydnouti. Potom je naplníme šlehanou smetanou.

Rozpočet: 20 *dkg* tlučeného cukru - 10 *dkg* oříšků neb mandlí - mandlový olej neb 2 *dkg* másla - 1 citron na čtvrtky nakrájený - ¼ *l* šlehané smetany - 3 *dkg* cukru.

Jablkový salám.

Cukr s vodou povaříme na silnou nitku (až se hodně táhne). Pak do něho vložíme loupaná míšeňská jablka, nakrájená na čtvrtky a zbavená jadřinců a uvaříme vše v hodně hustou kaši. K této přimícháme loupané, na dlouho krájené mandle, citronádu, citr. kůru a šťávu. Na plotně dobře promícháme, dáme vychladnouti, načež vyklopíme na cukrem posypané prkénko, upravíme dlouhou šišku, zabalíme ji do vodou navlhčeného, utřeného pergamenového papíru, povážeme motouzem a sušíme 4—5 dní. Potom salám nakrájíme.

Rozpočet: 56 *dkg* cukru - neplný ¼ *l* vody - ¾ *kg* jablek - 14 *dkg* mandlí 8 *dkg* citronády - 1 citron - arch pergamenového papíru - motouz.

Čokoládový salám.

Tlučený cukr, trochu tlučené skořice, hřebíček, strouhanou citronovou kůru, neloupané strouhané mandle, strouhanou čokoládu dáme

na kastrol, přidáme ještě loupané, na lístky nakrájené mandle a na malé čtverečky rozkrájenou citronádu. Kastrol postavíme na teplou plotnu, směsí stále mícháme a když je hezky teplá, přidáme 1 vejce a zamícháme, aby se utvořilo vláčné těsto. Potom hmotu na pocukrovaném vále vyválíme jako salám, zabalíme do čistého papíru a necháme postavený ztvrdnouti a pak nakrájíme.

Rozpočet: 14 *dkg* tluč. cukru - trochu skořice - 1 hřebíček - ze ¼ citronu kůra - 10½ *dkg* neloup. strouh. mandlí - 2 tabulky čokolády - 7 *dkg* loupaných nakrájených mandlí - 7 *dkg* citronády - 1 vejce - 3 *dkg* cukru na vál - arch papíru.

Skořicové hvězdičky.

Na vál si dáme prosátou hladkou mouku, moučkový cukr, jemně ustrouhané, neloupané mandle, tlučenou skořici, tlučený hřebíček a strouhanou citronovou kůru. Do toho rozsekáme máslo, přidáme žloutky a vypracujeme rychle těsto, které dáme do studena ztuhnouti. Potom těsto na 1 *cm* silně vyválíme, vykrájíme formičkou hvězdičky. složíme je na máslem potřený a moukou vysypaný plech, povrchu potřeme každou hvězdičku lehce vodou, posypeme krystalovým cukrem a upečeme je v mírné troubě do růžova.

Rozpočet: 14 *dkg* mouky - 14 *dkg* cukru - 14 *dkg* mandlí - s ½ citronu kůra - ½ *dkg* skořice - 1 hřebíček - 14 *dkg* másla - 2 žloutky - 1 *dkg* másla a mouky na plech - 1 *dkg* drobného krystalového cukru.

Hořící máslová chaloupka se zmrzlinou.

Na vál si dáme prosátou mouku, cukr, tlučenou skořici a hřebíček, citronovou kůru, mleté loupané mandle a kakao. Do tohoto rozsekáme máslo, přidáme celá vajíčka a vypracujeme dobře těsto. Vypracované těsto vyválíme na ½ *cm* silně, podle střihu na chaloupku vykrájíme jednotlivé díly, pod každý díl dáme papír a přeneseme tak na máslem potřený, moukou posypaný plech. Na plechu vykrájíme podle střihu ještě okna a dveře. Ze zbytků těsta vykrájíme malá srdečka, kolečka, komín, dveře a okenice. Všechny velké díly potřeme vajíčkem, vkusně přilepíme srdečka a kolečka na jednotlivé díly. Potom znovu vše potřeme vejcem a dáme péci do přiměřeně vytopené trouby do červena.

Vychladlé díly upečené chaloupky zdobíme takto: bílkovou polevou nalepíme z vnitřní strany do oken červenou želatinu a necháme zaschnout. Potom na vrchní strany přilepíme polevou okenice, loupané mandle, kolečka a srdečka a celé strany zdobíme vkusně polevou, kterou nanášíme papírovým kornoutkem se seříznutou špičkou.

Když ozdoby dobře oschly, naznačíme hustou polevou na perníkovou podlahu půdorys (šířku a délku) a postavíme na něj stěny chaloupky. Uvnitř, kde se stěny spojují, potřeme dobře polevou a rukou chvíli přidržíme. Pak ovážeme chaloupku tenkým motouzem a necháme ji dobře uschnouti.

Střechu, ozdobenou srdečky, spojíme k sobě polevou, po délce přilepíme ještě pásek z bílého papíru a necháme ji v krabici uschnouti. Pak slepíme komínek a když je suchý, přilepíme jej na střechu.

Z oschlé chaloupky odstraníme motouz, přilepíme dveře a chaloupku naplníme tuhou vanilkovou a malinovou zmrzlinou. Přikryjeme střechou, do komínku zastrčíme kousek tvrdého piškotu, nalijeme na něj arak, zapálíme a rychle neseme chaloupku na stůl.

Tuto chaloupku můžeme též naplniti různými drobnými cukrovinkami. Hrany štítů potřeme dobře bílkovou polevou, přiložíme nejdříve jen jeden díl střechy, pak druhý díl a rukou přidržíme. Prostředek střechy spojíme dobře polevou. Na přečnívajících částech střechy přivážeme motouzkem oba díly na každé straně. Jakmile střecha dobře drží, motouz odstraníme, potřeme ji bílkovou polevou, přilepíme na ni bílou polevou potřený komínek a nežli poleva oschne, posypeme celou střechu krystalovým cukrem.

Tuto chaloupku, plněnou drobnými cukrovinkami, dáme o Štědrý večer na stůl.

Chaloupku můžeme připraviti z téhož těsta jako jest Perníková krabice, viz str. 387!

Poleva: 2 bílky — 28 *dkg* pudrového cukru umícháme, až je poleva hustá — 5 *dkg* krystalového cukru na bílou střechu.

Poznámka: do polevy na slepování nesmí se dáti žádná přísada, kdežto na zdobení přidáme do polevy několik kapek citronové šťávy.

Rozpočet: 75 *dkg* pšeničné hladké i krupičkové mouky dohromady - 10 *dkg* cukru - 10 *dkg* mletých mandlí - 10 *dkg* másla - 4 vejce - 1 *dkg* kakaa - 3 tluč. hřebíčky - ½ kávové lžičky skořice - ¼ citronu kůry - 8 *dkg* mandlí na zdobení - 2 vejce na potírání - 1 piškot - 1 kávovou lžičku araku.

Čokoládové tyčinky.

Do dobře umíchaného másla zamícháme cukr, celá vejce a třeme tak dlouho, až těstíčko zhoustne. Pak přimícháme strouhané oříšky, čokoládu, krupičkovou mouku, ½ balíčku Oetkerova prášku (neb jiného kypřicího prášku), vše dobře zpracujeme, rozetřeme na plech máslem vymazaný, moukou vysypaný a v mírné troubě upečeme. Studené těsto nakrájíme na tyčinky, spojíme je zavařeninou a polijeme bílou polevou. Těsto můžeme upéci též bez čokolády.

Poleva: 1 bílek - 14 *dkg* cukru - a lžíci citronové šťávy umícháme v míse v hustou polevu.

Rozpočet: 10 *dkg* másla - 8 *dkg* cukru - 2 tabulky čokolády - 3 celá vejce - 8 *dkg* oříšků - 9 *dkg* krupičkové mouky - ½ kypřicího prášku - 1 *dkg* másla - 1 *dkg* mouky - 10 *dkg* zavařeniny.

Čokoládové zákusky.

V míse dobře utřeme máslo s cukrem, načež přidáme žloutky a tlučenou vanilku neb vanilkový prášek a citronovou kůru. Poté přimícháme strouhanou neb změklou čokoládu. Naposled přidáme do těsta zlehka tuhý sníh současně s moukou. Plech vymažeme máslem, vysypeme moukou, těsto na něj rozetřeme na 1½ *cm* vysoko a upečeme v dobře vytopené troubě. Potom prochladlé těsto polijeme citronovou neb punčovou polevou a jakmile poleva oschla, nakrájíme měsíčky, půlměsíčky neb kartičky a dáme na mísu.

Poleva: 22 *dkg* pudrového cukru — 1 lžíci vody - 3 lžíce citr. šťávy neb punče umícháme do přiměřené hustoty.

Rozpočet na 1 mísu: 12 *dkg* másla - 12 *dkg* tlučeného cukru - 3 žloutky - ze ¼ citr. kůra - 3 bílky na sníh - ¼ balíčku vanilkového prášku neb 1 *cm* utlučené vanilky - 7 *dkg* čokolády - 12 *dkg* krupičné mouky. — *Na plech:* 2 *dkg* másla a 2 *dkg* mouky.

Vanilkové tyčky.

Tlučený cukr, celá vejce třeme v míse ½ hodiny. Pak přidáme loupané strouhané mandle, tlučenou prosátou vanilku a hladkou mouku. Plech vymažeme máslem, vysypeme krupičkovou moukou, těsto na něj rozetřeme asi na ½ *cm* vysoko a upečeme. Studené těsto nakrájíme na obdélníčky, pocukrujeme a podáváme k čaji.

Rozpočet pro 5 osob: 14 *dkg* tlučeného cukru - 2 vejce - 2 *cm* vanilky - 5 *dkg* loup. mandlí - 14 *dkg* hladké mouky - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky na plech.

Mandlové tyčinky.

Neloupané umleté mandle neb lískové oříšky, jemný prosátý cukr (pudr) dáme na vál, přidáme lžíci zavařeniny a žloutky, vypracujeme těsto, z něhož vyválíme dlouhý plást 6 *cm* široký a ½ *cm* vysoký. Syrový potřeme bílkovou polevou, a když trochu oschla, nakrájíme tyčinky, které necháme na povoskovaném plechu ve vlahé troubě oschnouti.

Rozpočet: 21 *dkg* mandlí neb oříšků - 21 *dkg* cukru - 1 lžíce rybízové zavařeniny - 2 žloutky - vosk. - *Polevu* připravíme z 1 bílku jako na čokoládové tyčinky.

Tyčinky s polevou.

Na vále zpracujeme v těsto pudrový cukr, strouh. citr. kůru, umleté oříšky, 1 lžíci malinové neb meruňkové zavařeniny a bílky. Vypracované těsto vyválíme na ½ *cm* silný, 6 *cm* široký pruh, potřeme jej bílkovou polevou a necháme trochu oschnouti. Potom ostrým nožem (citronovou šťávou vždy otřeným) nakrájíme úzké tyčinky 1 *cm* široké, složíme je na povoskovaný plech a ve velmi mírné troubě je upečeme do bledě růžova. Pečené opatrně sejmeme a složíme na dlouhou mísu.

Poleva: 1 bílek — 14 *dkg* pudrového cukru — kávovou lžičku citr. šťávy — třeme do přiměřené hustoty.

Rozpočet na menší mísu: 25 *dkg* pudrového cukru - 25 *dkg* oříšků neb mandlí - 1 lžíce zavařeniny - 3 bílky - ze ¼ citronu kůra - vosk na plech.

Oříškové hvězdičky.

Na vál si připravíme hladkou mouku, neloupané, strouhané oříšky, moučkový cukr, citronovou kůru a utlučenou vanilku. Do toho nožem rozsekáme máslo, přidáme žloutky a dobře propracujeme. Poté těsto vyválíme na ¼ *cm* silně, vykrájíme hvězdičky, složíme je na papírem vyložený plech a v mírné troubě je velmi zvolna upečeme do

bledě růžova. Studené hvězdičky spojíme po dvou zavařeninou a polijeme citronovou polevou.

Cukrovinky hodí se na vánoční stromek.

Rozpočet: 25 *dkg* hladké mouky - 10 *dkg* oříšků - 9 *dkg* cukru - citronová kůra - vanilka - 12 *dkg* másla - 2 žloutky - 1 arch papíru - 10 *dkg* rybízové zavařeniny.

Poleva: 25 *dkg* cukru - ze ¼ citronu šťáva - podle potřeby horké vody.

Oříšková srdéčka.

Do umíchaného másla přidáme tlučený cukr, vejce, žloutek a znovu dobře utřeme. Poté zamícháme do těsta mleté oříšky, tluč. skořici, tlučený anýz, tlučený badián, na špičku nože kypřicího prášku a krupičnou, pšeničnou neb bílou žitnou mouku. Propracované těsto na pomoučeném vále vyválíme, formičkou na srdečko vykrájíme tvary, dáme je na dobře povoskovaný plech, povrchu potřeme srdečka vajíčkem, posypeme nebo různě ozdobíme loupanými sekanými mandlemi a v troubě přiměřeně vytopené upečeme srdečka do červena.

Rozpočet na 1 mísu: 6 *dkg* másla - 27 *dkg* cukru - 2 vejce - 1 žloutek - 7 *dkg* mletých oříšků nebo mandlí - na špičku nože koření - kypřicí prášek rovněž na špičku nože - 30 *dkg* mouky - 1 vejce na potření - 4 *dkg* mandlí na ozdobu.

Drobné cukrovinky.

Na vál si připravíme hladkou mouku, prosátý cukr, loupané, strouhané mandle a velmi drobně usekanou citronádu. Do toho nožem rozsekáme máslo, přidáme žloutek, zpracujeme těsto a dáme uležeti do studena na půl hodiny. Poté je vyválíme na ¼ *cm* silně, různými formičkami vykrájíme cukrovinky, složíme je na syrovým máslem potřený, moukou posypaný plech a upečeme ve velmi mírné troubě do bledě růžova. Pečené potřeme bílkovou polevou.

Poleva: 12 *dkg* pudrového cukru, 1 bílek, lžičku citronové šťávy dobře umícháme, načež poléváme cukrovinky. Citronovou polevu viz předešlé cukrovinky!

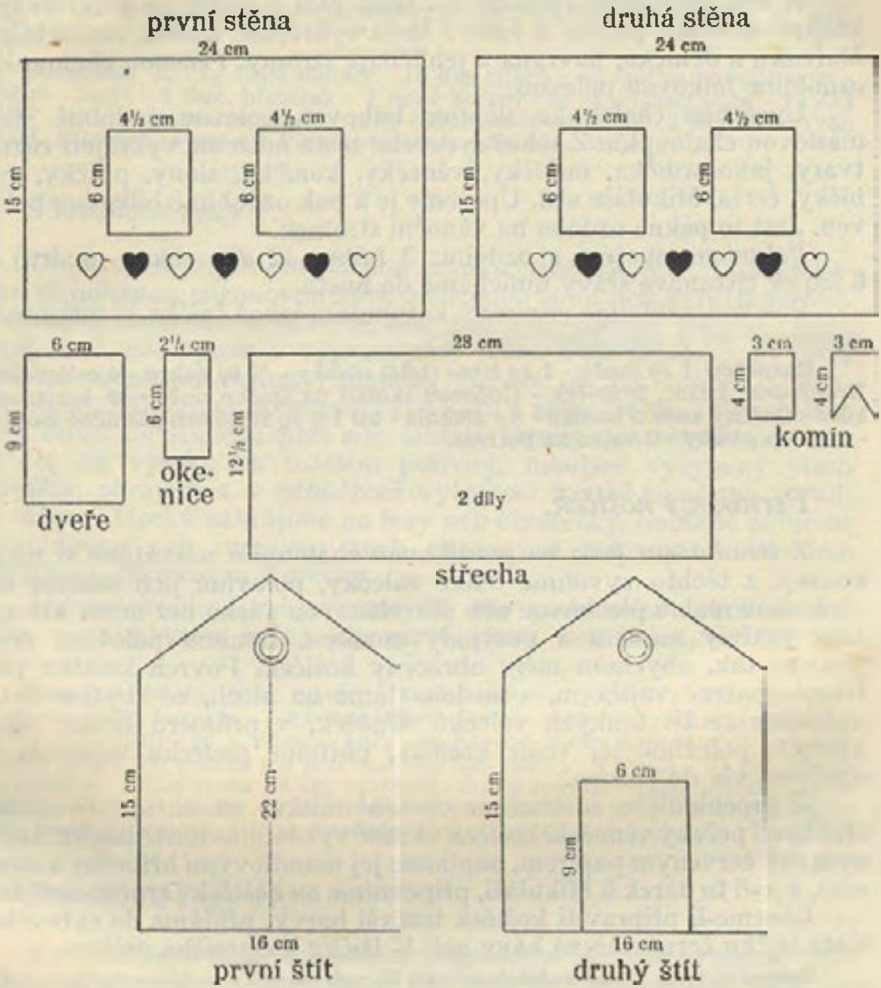
Rozpočet: 15 *dkg* hladké mouky - 4 *dkg* cukru - 4 *dkg* loupaných mandlí - 2 *dkg* citronády - 10 *dkg* másla - 1 žloutek - 1 *dkg* másla - 1 *dkg* mouky na plech.

Cukrovinky z vepřových škvarečků.

Na vál si prosijeme hladkou mouku, do ni přidáme prosátý moučkový cukr, strouhanou citronovou kůru, tlučenou skořici, tlučené hřebíčky, dvakráte na masovém strojku umleté vepřové škvarečky. Těsto zaděláme žloutky, dobře propracujeme a dáme do studena na 15 minut. Poté těsto vyválíme na ½ *cm* silně, vykrájíme formičkou na hvězdičky, složíme je na suchý plech a v prostředně horké troubě je upečeme do bledě růžova. Upečené spojíme vždy dva k sobě rybízovou zavařeninou a pocukrujeme.

Rozpočet: 15 *dkg* hladké mouky - 5 *dkg* cukru - ze ¼ citronu kůra - 2 *cm* tlučené skořice - 2 tlučené hřebíčky - 15 *dkg* vepřových škvarečků - 2 žloutky - 10 *dkg* rybízové zavařeniny - 2 *dkg* cukru na posypání.

Střih na perníkovou chaloupku:



Podlahu tvoří obdélník 50 cm × 30 cm.

Perníková chaloupka.

Včelí med povaříme, a když vychladl, nasypeme do něho bílou žitnou mouku (výražek), neb pšeničnou mouku, přidáme vejce a moučkový cukr. Vypracované těsto necháme přes noc ve studenu odležeti. Druhý den přidáme do těsta amonium, citronovou kůru, tlučený anýz, skořici a hřebíček a tolik mouky, aby těsto bylo dostatečně husté. Pracujeme je ½ hod. Potom těsto vyválíme a podle střihu chaloupku nožem vykrájíme.

Potom ji složíme na povoskovaný plech, potřeme vajíčkem a v mírnější troubě upečeme.

K této chaloupce uděláme si z těsta plot z pásků, ve kterých vykrájíme srdečka, potom si ještě z těsta vykrájíme kočku, čarodějnici, Mařenku a Jeníčka, havrana a jehličnaté stromy. Pečenou chaloupku ozdobíme bílkovou polevou.

Upečenou chaloupku slepíme bílkovou polevou podobně jako máslovou chaloupku. Z téhož syrového těsta můžeme vykrájeti různé tvary, jako srdíčka, měsíčky, věnečky, koníčky, slony, ptáčky, rybičky, čerta, Mikuláše atd. Upečeme je a pak ozdobíme bílkovou polevou. Jest to pěkná ozdoba na vánoční stromek.

Poleva na spojení a ozdobu: 3 bílky, 42 *dkg* cukru (pudru) a 6 kapek citronové šťávy umícháme do husta.

Polevou naplníme papírový kornoutek, jehož špička je seříznuta, uzavřeme jej a ozdobíme perníčky.

Rozpočet: 1 *kg* medu - 1 *kg* žitné (bílé) mouky - ½ *kg* cukru - 4 celá vejce. *Druhý den:* 1 tluč. hřebíček - tlučenou skořici na špičku nože - ze ¼ citronu kůra - tlučený anýz a badián - 8 *g* amonia - asi 1 ½ *kg* žitné neb pšeničné mouky - vosk na plechy - 2 vejce na potření.

Perníkový košíček.

Z téhož těsta jako na perníkovou chaloupku nakrájíme si malé kousky, z těchto vyválíme tenkéválečky, polovinu jich složíme na obrácenou malou plechovou neb porcelánovou misku bez ucha, kterou jsme potřely máslem a posypaly moukou. Druhou polovinu propleteme tak, abychom měly obrácený košíček. Povrch košíčku potřeme opatrně vajíčkem, s miskou dáme na plech, ze zbytku těsta upleteme ze tří tenkých válečků věneček, v průměru široký jako košíček, položíme jej vedle košíčku, potřeme povrchu vajíčkem a upečeme vše do růžova.

Z prochladlého odstraníme opatrně misku, na okraj přivážeme stužkami pečený věneček, košíček vkusně vyzdobíme nastříhaným zeleným neb červeným papírem, naplníme jej mandlovými hříbečky a ovocem, a je-li to dárek k Mikuláši, připevníme na košíček černého čertíka.

Chceme-li připraviti košíček tmavší barvy, přidáme do syrového těsta lžičku černé vařené kávy neb ½ lžičky kakaového prášku.

Rozpočet na 1 velký košíček neb na 2 malé košíčky: - ¼ *kg* medu - ¼ *kg* žitné neb pšeničné mouky - ⅛ *kg* cukru - 1 vejce. — *Druhý den:* tluč. hřebíček - skořice - citr. kůra - tlučený anýz a badián - podle potřeby ještě mouky, aby těsto bylo hodně tuhé - 1 vejce na potření - 2 *dkg* másla a mouky na misku a plech.

Malé perníčky.

Na vál si připravíme žitnou neb hladkou pšeničnou mouku, cukr, na špičku nože amonia, citronovou kůru, tluč. skořici, anýz, hřebíček, nové koření, uděláme důlek, přilijeme rozehřátý, prochladlý med a vejce a vypracujeme tuhé těsto. Potom je vyválíme, formičkami vykrájíme různé tvary a na povoskovaném plechu upečeme perníčky v dobře vyhřáté troubě. Pečené, prochladlé perníčky polijeme čoko-

ládovou máčecí hmotou a ozdobíme půlkami loupaných mandlí. — Nebo polijeme je bílkovou polevou a zdobíme mandlemi, nebo syrové potřeme vajíčkem, ozdobíme loupanými mandlemi a pak upečeme.

Rozpočet: 30 *dkg* žitné mouky - 15 *dkg* cukru - na špičku nože amonia - skořice - anýz - 1 tluč. hřebíček - 1 nové koření - ze ¼ citronu kůra - 12 *dkg* medu - 2 vejce - vosk na plech - ¼ *kg* čokol. máčecí hmoty - 2 *dkg* kakaového másla. *Bílkovou polevu* viz Perníková chaloupka (str. 383).

Perníkové řezy I.

Do mísy si připravíme žitnou mouku, tlučený cukr, tlučené koření, strouhanou citronovou kůru a čištěnou sodu neb kypřicí prášek. V mléce si umícháme celé vejce, nalijeme je do mouky, přidáme rozehřátý med neb syrub a vypracujeme těsto. Pak přidáme do těsta očištěné rozsekané rozinky, mandle, vlašské ořechy, lískové oříšky, citronádu, naloženou pomerančovou kůru a rum. Dobře vypracované těsto dáme do studena přes noc uležeti. Druhý den rozetřeme těsto na 1½ *cm* vysoko na máslem potřený, moukou vysypaný plech s vyšším okrajem a v přiměřeně vytopené troubě upečeme perník do růžova. Horký nakrájíme na řezy neb čtverečky, načež je polijeme čokoládovou neb rumovou aneb citronovou polevou a ozdobíme mandlemi, citronádou a ořechy.

Poleva citronová neb rumová: 25 *dkg* pudrového cukru — 1½ bílku — 1 kávová lžička citronové šťávy neb rumu, utřeme do husta.

Rozpočet: 50 *dkg* žitné mouky - 21 *dkg* cukru - ¼ kávové lžičky anýzu - ¼ kávové lžičky fenyklu - ¼ kávové lžičky skořice - 3 hřebíčky - 2 zrnka nového koření - 1 badián - ze ¼ citronu kůry - ½ kávové lžičky čištěné sody neb půl balíčku kypřicího prášku - 8 polévkových lžic mléka - 1 vejce - 21 *dkg* medu neb syrubu - 1 lžíce rumu - 3 *dkg* hrozinek - 5 *dkg* mandlí - 5 *dkg* ořechů - 5 *dkg* oříšků - 3 *dkg* citronády - 3 *dkg* naložené pomerančové kůry - 2 *dkg* másla a 2 *dkg* mouky na plech. *Poleva čokoládová* viz str. 416!

Perníkové řezy II.

Med polijeme horkou vodou a rozpustíme jej. Pak přidáme cukr a mouku, umícháme těsto, které ve studenu necháme do druhého dne. Poté přidáme do těsta celá vejce, strouhanou citronovou kůru, tlučenou skořici, hřebíček, anýz, nové koření, na hrubo nakrájené mandle neb oříšky a rozválené amonium. Těsto rozetřeme asi na 1 *cm* vysoko na máslem vytřený, moukou vysypaný plech s vyššími stěnami, zahradíme papírem a dřevem, aby vykynulo do výšky, a pečeme je zvolna 1 hod.

Prochladlé nakrájíme a polijeme citronovou polevou a ozdobíme loupanými mandlemi.

Rozpočet: 50 *dkg* medu - ¼ *l* horké vody - ¼ *kg* cukru - ½ *kg* pšeničné krupičkové mouky. - *Druhý den:* 2 vejce - z ½ citronu kůra - 2 hřebíčky - trochu skořice - 2 nové koření - půl kávové lžičky tluč. prosátého anýzu - 12 *dkg* mandlí neb oříšků - ¼ *dkg* amonia - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky na plech - 3 *dkg* mandlí na ozdobu. - Polevu viz předešlý předpis.

Perníkové koláčky.

Včelí med dáme do kastrolu pouze prohřáti. Potom jej pokapeme trochu studenou vodou a dáme vychladnouti. Do vychladlého zamícháme žloutky, tlučený cukr, piškotové drobečky, půl kávové lžičky amonia, hrubě nakrájené, neloupané mandle, tlučený anýz, tlučenou skořici a drobně nakrájenou, v cukru naloženou pomerančovou kůru. Do promíchaného těsta přidáváme krupičkovou mouku (ne všechnu najednou), aby těsto bylo dosti tuhé. Dobře je vypracujeme a necháme přes noc uležeti. Druhý den těsto rozválíme na ½ *cm* silně, vypícháme z něho formičkami různé tvary, složíme je na máslem pomazaný, moukou posypaný plech, potřeme povrchu umíchaným celým vajíčkem a rychleji je v dobře vyhřáté troubě upečeme do růžova. Potom je ozdobíme bílkovou polevou neb jen polevou polijeme a dáme oschnouti.

Rozpočet: 25 *dkg* medu - 1 lžička vody - 3 žloutky - 8 *dkg* cukru - 7 *dkg* piškotových drobečků - půl kávové lžičky amonia - 10 *dkg* neloup. mandlí - ½ *dkg* fenyklu neb anýzu - trochu skořice - 5 *dkg* pomerančové kůry a asi 35 *dkg* krupič. mouky - 2 *dkg* másla a mouky na plech - 1 vejce na potření. - *Poleva* ze 2 bílků - 25 *dkg* cukru - 1 lžičky citronové šťávy.

Marcipán.

Do umíchaného másla přidáme vejce, tlučený cukr, z půl citronu kůru a těsto v míse umícháme, až je husté. Pak přidáme neloupané strouhané mandle, 2 utlučené hřebíčky, půl kávové lžičky skořice a mouku (polovinu hladké a krupičkové). Těsto na vále ještě vypracujeme a pak ve chladu necháme ztuhnouti. Potom je vyválíme na půl *cm* silně, vykrájíme různé tvary, složíme je na máslem potřený a vysypaný plech, povrchu marcipánky potřeme vajíčkem, ozdobíme půlkami mandlí a v mírné troubě je upečeme. Hodí se na vánoční stromek.

Rozpočet: 6 *dkg* másla - 2 celá vejce - 20 *dkg* cukru - půl citr. kůra - 2 tluč. hřebíčky - půl kávové lžičky skořice - 3½ *dkg* neloup. strouh. mandlí - 30 *dkg* mouky (hladké a krupičkové dohromady) - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky na plech - 1 vejce - 3 *dkg* mandlí na ozdobu.

Růžové kuličky na vánoční stromeček.

Bílek, 3 kapky růžového oleje, pudrový cukr, loupané, jemně ustrouhané mandle třeme v míse tak dlouho, až těstíčko hodně zhoustne. Poté přidáme do těsta 1 kapku červeného bretonu a tolik pudrového prosátého cukru, aby z toho vznikla tvárlivá hmota. Nakrájíme z ní malé, stejné kousky, uděláme kuličky, zastrčíme do nich očko ze stříbrné niti, doprostřed každé kuličky uděláme držadlem tenké vařečky malý důlek, tento vyplníme horkou zavařeninou a kuličky usušíme na cukrem posypaném prkénku.

Rozpočet: 1 bílek - 3 kapky růžového oleje (koupíme u každého materialisty) - 12 *dkg* pudrového cukru - 10 *dkg* loupaných strouhaných mandlí - 1 kapka červeného bretonu a asi 10 *dkg* pudrového cukru na zahuštění hmoty - stříbrné niti - 1 *dkg* rybízové zavařeniny.

Ježečky na vánoční stromeček.

Bílek, lžičku maraschinového likéru, pudrový cukr, loupané, jemně strouhané mandle třeme tak dlouho, až těstíčko zhoustne. Pak do něho přimícháme strouhanou čokoládu a podle potřeby pudrového cukru. Z tuhé hmoty uděláme kuličky, zastrčíme očko zlaté niti a usušíme je na pocukrovaném prkénku. Poté je lehce potřeme bílkem, obalíme v sekaných mandlích, znovu usušíme a přivážeme na vánoční stromeček. Taktéž můžeme cukrovinku políti čokoládovou polevou a oschlou vložiti do papírových košíčků a podávati na stůl.

Příprava likéru: 20 *dkg* vody, 12½ *dkg* cukru malou chvíli povaříme a dáme vychladnouti. Do úplně studeného nalijeme $^1/_8$ *l* čistého lihu a 5 kapek maraschinového výtažku, který koupíme u materialisty. Likér dobře promícháme a odměříme z něho kávovou lžičku do cukrovinek. Ostatní likér dáme do lahvičky, zazátkujeme a uschováme.

Rozpočet: 1 bílek - kávová lžička likéru - 15 *dkg* pudrového cukru - 10 *dkg* loup. jemně strouhaných mandlí - 5 *dkg* strouhané čokolády - asi 5 *dkg* cukru na zahuštění hmoty - 1 bílek - 6 *dkg* loupaných sekaných mandlí na obalení - zlaté niti.

Čokoládovou polevu viz Ořechové řezy str. 331!

Perníková krabice.

V míse si umícháme máslo, přidáme prosátý jemný cukr, celá vejce, tlučenou skořici, citronovou kůru, utlučený badián a tekutý med. Do umíchaného těsta přisypeme hladkou mouku (bílou) a vypracujeme těsto. Pak dáme těsto na vál a přidáme ještě do něho podle potřeby hladké mouky. Vypracované těsto vyválíme na ¾ *cm* placku Z této vykrojíme podle střihu na krabičku připravenou z pevného papíru 2 obdélníky dlouhé 20½ *cm* a široké 5½ *cm*, které tvoří stěny krabičky. Poboční 2 stěny jsou 14¼ *cm* dlouhé a široké 5½ *cm*. Potom si vystřihneme z placky víčko 20½ *cm* dlouhé a široké 14¼ *cm* a právě tak dlouhé a široké dno krabičky. Ve víčku vykrojíme ještě za syrova malým kruhovým kroužkem na delší straně 1 *cm* od každého kraje 2 otvory, které musí býti ve stejné vzdálenosti jako stejné otvory, které vykrojíme na jedné z větších stěn. Otvory děláme proto, aby se mohlo upečené víčko ke krabici stužkou přivázati (viz obrázek), aby se krabička mohla otvírati. Vykrájené části krabičky složíme na povoskovaný nebo máslem potřený plech, potřeme je povrchu umíchaným vajíčkem a v mírnější troubě upečeme krabičku do růžova. Upečené dílky krabičky ozdobíme loupanými mandlemi, které hustou bílkovou polevou na dílky krabičky přilepíme. Ostatní přiměřeně hustou polevu dáme do papírového kornoutku, jehož špička je ustřihnuta, uzavřeme kornoutek a ozdobíme vkusně krabičku. — Též můžeme ze syrového těsta vykrájeti malá srdečka, kolečka a pod., pomazati vejcem a upečenými přizdobiti krabičku. Ozdobenou oschlou krabičku slepíme dohromady hustou bílkovou polevou. Víčko usušené krabičky přivážeme červenou stuhou a krabičku naplníme různými drobnými cukrovinkami.

Poleva: na 1 bílek 10—15 *dkg* pudrového cukru, 2 kapky citron. šťávy. (Na zdobení nesmí býti poleva příliš hustá.) — Jen na spojení krabičky přidáme ještě pudrového cukru a umícháme.

Polevu musíme vždy dobře utříti.

Ze zbytku těsta můžeme udělati i jednu menší krabičku.

Z téhož těsta můžeme stejným způsobem upéci perníkovou chaloupku podle střihu (viz obr. 383).

Rozpočet na 1 krabici: 5 *dkg* másla - 28 *dkg* cukru - 3 celá vejce - ¼ kávové lžičky skořice - z ½ citronu kůra - 1 hvězdičku badiánu - 5 *dkg* medu - 40 *dkg* hladké mouky - 10—20 *dkg* mouky na vál - 1 vejce na potření - 4 *dkg* másla neb vosku na plechy - 5—10 *dkg* pěkných stejně velkých mandlí - 1 metr stuhy 5 *cm* široké.

Mandlové pralinky.

Cukr svaříme s vodou a citronovou šťávou na třetí stupeň (na bublinu). Pak jej vylijeme na porcelánovou mísu a dáme částečně vychladnouti. Potom jej vařečkou umícháme, až zhoustne, a hodně jej vypracujeme. Poté přidáme do něho loupané, strouhané mandle, lžičku rumu nebo maraschinového likéru a z tuhé hmoty uděláme pralinky nebo i jiné tvary a usušíme je na pocukrovaném prkénku. Oschlé polijeme polevou z čokoládové máčecí hmoty neb čokoládovou polevou.

Rozpočet: 25 *dkg* kusového cukru - ⅛ *l* vody - z ½ citronu šťávy - 22½ *dkg* loupaných strouhaných mandlí - kávová lžička rumu neb likéru - 5 *dkg* pudrového cukru na prkénko - 15 *dkg* čokoládové máčecí hmoty na polevu - 1 *dkg* kakaového másla.

Datlové tyčky.

Bílky, prosátý moučkový cukr třeme v misce až zhoustne. Poté do utřeného zamícháme strouhanou citronovou kůru i šťávu a na nudličky nakrájené datle neb fíky. Těsto rozetřeme na 3 bílé oplatky, položíme je na plech máslem potřený a upečeme ve velmi mírné troubě do růžova. Upečené zchladlé nakrájíme na úzké, dlouhé řízky a podáváme k vínu neb k čaji.

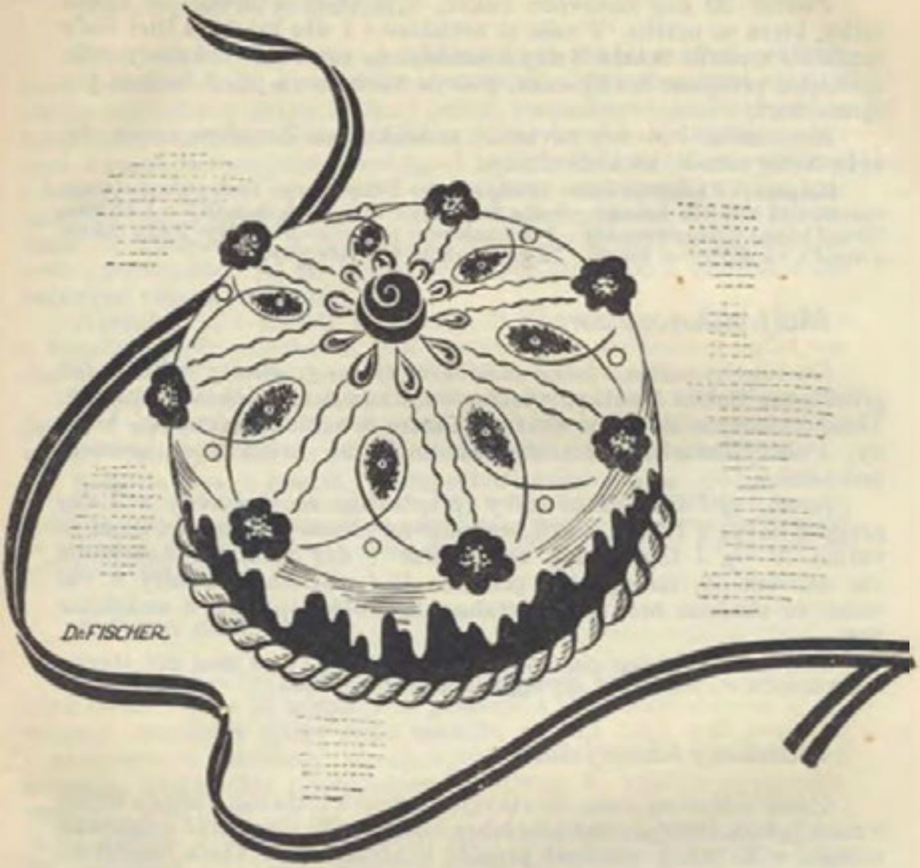
Rozpočet: 5 bílků - 32 *dkg* moučkového cukru - ze ¼ citronu šťáva i kůra - 28 *dkg* datlí neb fíků - 3 bílé oplatky - 1 *dkg* másla na plech.

Fíkový salám.

Pěkně sušené fíky umeleme na masovém strojku. Pak do nich zamícháme moučkový cukr, ustrouhané vlašské ořechy, žloutky, na větší kousky nakrájené mandle, nakrájenou citronádu a vše na vále vypracujeme. Potom vyválíme šišku, zabalíme ji do pergamenového papíru a necháme do druhého dne.

Usušený fíkový salám nakrájíme na stejné plátky a upravíme mezi jiné cukrovinky.

Rozpočet: 20 *dkg* fíků - 18 *dkg* cukru - 20 *dkg* strouhaných vlašských ořechů - 2 žloutky - 5 *dkg* mandlí - 3 *dkg* citronády - pergamenový papír.



XIII. DORTY

Presidentův dort.

Do velmi tuhého sněhu z bílků zašleháme 10 *dkg* tlučeného, prosátého cukru, pak zlehka zamícháme 5 *dkg* tluč. prosátého cukru, loupané, strouhané mandle, strouhanou bílou housku, loupané, na nudličky nakrájené mandle, citronovou kůru i šťávu, citronádu, naloženou pomerančovou kůru (vše nakrájené na nudličky). Zamíchané těsto rozetřeme do malé, máslem vymazané, moukou vysypané dortové formičky a v mírně vytopené troubě dort upečeme.

Pečený prochladlý dort potřeme malinovou zavařeninou, polijeme čokoládovou polevou a dort ozdobíme konvalinkami, vykrájenými z loupaných mandlí a zavařenou andělikou.

Poleva: 20 *dkg* kusového cukru, ¼ *l* vody uvaříme na silnou nitku, která se netrhá. V míse si necháme s 1 *dkg* másla, 1 lžíci vody rozehřáti v mírné troubě 8 *dkg* čokolády, do rozehřáté čokolády stále míchajíce přilijeme horký cukr, polevu mícháme a hned horkou polijeme dort.

Na ozdobu: 1 stonek zavařené anděliky (viz Zavařené ovoce str. 444), 3 *dkg* mandlí na konvalinky.

Rozpočet: 6 bílků na sníh - 10 *dkg* cukru - 5 *dkg* cukru - 14 *dkg* loup. strouh. mandlí - 14 *dkg* bílé housky - 5 *dkg* loupaných krájených mandlí - z 1 citronu šťáva i kůra - 3 *dkg* citronády - 3 *dkg* naložené pomorančové kůry- 2 *dkg* másla a mouky na dortovou formu - 12 *dkg* malinové zavařeniny.

Malý piškotový dort.

Do tuhého sněhu z bílků zašleháme tlučený prosátý cukr, načež přidáváme zlehka žloutky, citronovou šťávu a krupičkovou mouku. Těsto rozetřeme do malé dortové formy a zvolna pečeme ½ hodiny. Pečený, studený rozřízneme, naplníme krémem a krémem ozdobíme.

Krém: $^1/_8$ *l* silné černé kávy (připravíme ze ¼ *l* vody a 2 *dkg* pražené kávy) a 12 *dkg* cukru necháme na plotně rozpustiti (nesmí se vařiti). V $^1/_{16}$ *l* teplé vody rozpustíme 1 *dkg* želatiny, smícháme vše dohromady, načež lehce přidáme ¼ *l* ušlehané smetany a vše dáme do studena neb na led ztuhnouti. Poté naplníme a ozdobíme dort.

Rozpočet: Ze 4 bílků sníh - 7 *dkg* cukru - 4 žloutky - 1 lžíce citr. šťávy - 8 *dkg* krupičkové mouky - 2 *dkg* másla a mouky na formu.

Mandlový kávový dort.

Prosátý tlučený cukr, žloutky, celá vejce a tlučenou vanilku třeme v míse ¾ hod. Poté přimícháme lehce z bílků sníh, strouhané neloupané mandle a 30 zrnek utlučené prosáté pražené kávy. Těsto rozetřeme do máslem vymazané, moukou vysypané dortové formy a pečeme je zvolna 1 hodinu. Vychladlý dort (nejlépe druhý den) dvakráte rozřízneme, naplníme kávovou nádivkou a polijeme kávovou polevou.

Nádivka: 9 *dkg* čajového másla dobře umícháme se 4 žloutky. V malém kastrolu povaříme 11 *dkg* kusového cukru s $^1/_8$ *l* vody. Do vařícího cukru nasypeme 9 *dkg* strouhané čokolády, 5 kapek kávového výtažku a mícháme tak dlouho, až vše začne tuhnouti. Pak rychle kastrol s plotny odstraníme a mícháme, až nádivka vychladne. Vychladlý krém přidáme do utřeného másla se žloutky, dobře rozmícháme a do studena dáme chvíli ztuhnouti.

Poleva: do 30 *dkg* cukru pudru nalijeme trochu silné horké černé kávy, aby vznikla hustá poleva, a třeme, až zhoustne. Polevu nalijeme na dort a po stranách ji kulatým, vodou navlhčeným nožem uhladíme.

Rozpočet těsta: 5 žloutků - 2 celá vejce - 25 *dkg* cukru - vanilka - 25 *dkg* strouhaných mandlí - 30 zrnek kávy - z 5 bílků sníh - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky na formu.

Kávový dort s griliášem.

Žloutky a tlučený cukr umícháme, až to zhoustne. Pak přidáme rum, tlučenou vanilku a zároveň se sněhem z bílků strouhané vlašské ořechy neb lískové oříšky, tlučený griliáš, rozpuštěné máslo a prosátou krupičkovou mouku. Těsto pečeme v mírné troubě v máslem vymazané a moukou vysypané formě ¾—1 hodinu. Zchladlý dort vyndáme z formy, druhý den jej dvakrát překrojíme, naplníme kávovým krémem, povrch a strany rovněž potřeme krémem, načež zbytek krému dáme do kornoutu s hvězdičkovou trubičkou a dort ozdobíme. Na vrch i po stranách jej posypeme tlučeným griliášem a ozdobíme zavařenými višněmi neb šípky.

Nádivka: ⅛ *l* mléka, 2 žloutky, 2 *dkg* mouky a 5 *dkg* cukru v hrnečku dobře umícháme, pak postavíme do kastrolu s vařící vodou a mícháme, až vše zhoustne. Pak to dáme vychladnouti.

V mise si zatím umícháme 25 *dkg* čajového másla s 25 *dkg* cukru pudru a třemi lžícemi silné studené černé kávy. Do toho zamícháme vařený studený krém a na špičku nože tlučené prosáté vanilky.

Rozpočet těsta: 6 žloutků - 17 *dkg* cukru - 1 lžička rumu - tluč. vanilka - ze 7 bílků sníh - 8 *dkg* strouhaných ořechů - 6 *dkg* tlučeného griliáše - 5 *dkg* rozpuštěného másla - 12 *dkg* krupič. mouky - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky. *Rozpočet na griliáš:* 8 *dkg* tluč. cukru - 5 *dkg* opraž. oříšků - příprava stejná jako na griliášové řezy viz str. 335.

Kávový dort.

Prosátý, tlučený cukr, žloutky, tlučenou vanilku a citronovou kůru třeme v míse 20 minut. Pak přidáme 1 lžíci studené černé kávy, loupané strouhané oříšky nebo mandle, z bílků tuhý sníh současně s krupičkovou moukou, strouhanými piškotovými drobečky neb houskou. Těsto lehce promícháme, rozetřeme do máslem vymazané, moukou vysypané formy a pečeme v prostředně horké troubě ¾—1 hodinu. Studený dort (druhý den) dvakráte rozřízneme, naplníme máslovou nádivkou, zatížíme dnem od formy, načež urovnaný dort polijeme kávovou polevou, a když oschla, dáme si zbytek nádivky do kornoutu s hvězdičkovou trubičkou a dort vkusně ozdobíme.

Nádivka: 3 celá vejce, utlučenou pros. vanilku, 11 *dkg* cukru v kotlíku dobře ušleháme. Pak postavíme kotlík do kastrolu s vařící vodou a krémem šleháme, až zhoustne. Poté jej dáme na talíř a necháme vychladnouti. V mise si zatím umícháme do pěny 20 *dkg* čajového másla, přidáme 20 *dkg* cukru (pudru), znovu umícháme, načež stále míchajíce přidáme studený vařený krém a po kapkách 4 lžíce silné černé kávy. Umíchanou nádivkou plníme a zdobíme dort. Polevu si připravíme z téhož rozpočtu jako na mandlový kávový dort.

Rozpočet na těsto: 15 *dkg* cukru - 6 žloutků - citr. kůra - tluč. vanilka - 11 *dkg* loup. mandlí - ze 6 bílků sníh - 4 *dkg* piškotových drobečků neb housky - 4 *dkg* mouky - 1 lžíce černé studené kávy - z 5 *dkg* kávy a ¼ *l* vody připravíme si odvar, který si odměříme na těsto, nádivku a polevu - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky na formu.

Mocca dort.

Do umíchaného másla zamícháme cukr, žloutky, citronovou kůru a vanilku a znovu mícháme ¼ hodiny. Pak přidáme tuhý sníh z bílků, loupané, strouhané mandle, strouhané piškotové drobečky a krupičkovou mouku. Těsto rozetřeme do máslem vymazané, moukou vysypané formy a pečeme asi ¾ hodiny v mírné troubě. Upečený studený dort dvakráte prořízneme, naplníme kávovou nádivkou, zatížíme a povrch polijeme kávovou polevou. Když poleva oschla, vytiskneme „mocca" pomocí tiskátka (šablonky) a kávového výtažku. (Výtažek si připravíme z 5 *dkg* cukru a 2 lžic silné černé kávy, který povaříme na nitku.)

Nádivku a polevu si připravíme jako na kávový dort, viz předešlý předpis, týž rozpočet.

Rozpočet na těsto: 7 *dkg* másla - 8 žloutků - tluč. vanilka - citr. kůra - 17 *dkg* tluč. cukru - 7 *dkg* loup. mandlí - 7 *dkg* piškotových drobečků - 8 *dkg* krupič. mouky - z 8 bílků sníh - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky.

Sněhový kávový dort.

Do tuhého sněhu rozšleháme polovinu tlučeného prosátého cukru a druhou polovinu cukru vařečkou lehce zamícháme současně s loupanými strouhanými mandlemi, tlučenou prosátou vanilkou, strouhanou citronovou kůrou a houskou. Plech vyložíme bílým papírem, potřeme jej syrovým máslem, položíme na něj 3 dortové kruhy, do těchto rozetřeme těsto, které zvolna upečeme. Potom potřeme papír na upečených kruzích vodou, odstraníme jej a studené kruhy naplníme kávovou nádivkou, povrch ozdobíme pomocí kornoutu zbylou nádivkou a posypeme buď loupanými, sekanými pistaciemi neb loupanými, sekanými opraženými mandlemi.

Nádivku si připravíme jako na kávový dort, týž rozpočet.

Tento dort můžeme místo nádivkou naplniti slazenou šlehanou smetanou a také smetanou ozdobiti. (½ *l* šlehané smetany, 6 *dkg* cukru.)

Rozpočet: z 5 bílků sníh - 10 *dkg* tluč. cukru - na zamíchání 10 *dkg* tluč. cukru - 22 *dkg* loup. strouh. mandlí - tluč. vanilka - 2 *dkg* strouh. housky - strouh. citr. kůra - 3 *dkg* másla na papír na plech - 1 arch papíru - 1 *dkg* pistacií nebo 3 *dkg* mandlí.

Čokoládový dort I.

Do umíchaného másla zamícháme tlučený cukr a žloutky, citronovou kůru, vanilku a vše dobře utřeme. Do toho přisypeme strouhanou čokoládu, z bílků tuhý sníh a krupičkovou mouku. Těsto rozetřeme do máslem vymazané a moukou vysypané formy a upečeme v mírnější troubě. Pečený a studený dort rozřízneme, naplníme nádivkou, polijeme čokoládovou polevou a ozdobíme pralinkami.

Nádivka: 12 *dkg* čajového másla, 12 *dkg* cukru pudru a tlučenou vanilku utřeme do pěny. Pak přidáme 1 žloutek a 1 tabulku změklé čokolády neb 1 *dkg* kakaa. Umíchanou nádivkou naplníme dort.

Polevu si připravíme jako na ořechové řezy str. 331, z 10 *dkg* cukru, $^1/_8$ *l* vody, ½ *dkg* másla a 6 *dkg* čokolády.

Rozpočet těsta: malá forma: 10 *dkg* másla - 10 *dkg* cukru - 4 žloutky - 10 *dkg* čokolády - citr. kůra - tluč. vanilka - ze 4 bílků sníh - 10 *dkg* mouky - 1 *dkg* másla - 1 *dkg* mouky na formu.

Čokoládový dort II.

Do umíchaného másla zamícháme prosátý cukr, žloutky, tlučenou vanilku, citronovou kůru a třeme ¾ hodiny. Pak přimícháme zároveň se sněhem z bílků strouhanou čokoládu, strouhané, neloupané mandle a krupičkovou mouku. Těsto pečeme ve vymazané, moukou vysypané dortové formě 1 hodinu. Vychladlý dort rozřízneme, naplníme nádivkou a polijeme čokoládovou polevou.

Nádivka: 7 *dkg* kusového cukru, $^1/_{16}$ *l* vody a 10 *dkg* strouhané čokolády svaříme na plotně v kastrole na husto. Do svařeného, úplně zchladlého cukru zamícháme 3 žloutky jeden po druhém a $^1/_8$ *l* ušlehané smetany. Pak naplníme dort. Polevu si připravíme jako na ořechové řezy v rozpočtu: 9 *dkg* čokolády, ½ *dkg* másla, 15 *dkg* cukru, $^3/_{16}$ *l* vody. Tento čokoládový dort můžeme naplniti též takto upravenou nádivkou: 3 celá vejce, 8 *dkg* cukru v kotlíku na sníh dobře rozšleháme, pak postavíme kotlík do kastrolu s vařící vodou, kde jím mícháme tak dlouho, až krém zhoustne. Pak jej přendáme na talíř a dáme do studena. Mezitím utřeme 12 *dkg* čajového másla, přidáme 5 *dkg* pudr. cukru, 3 *dkg* změklé čokolády a vařený studený krém.

Rozpočet těsta: 10 *dkg* másla - 9 žloutků - 10 *dkg* cukru - 9 bílků - 14 *dkg* strouhané čokolády - 14 *dkg* strouhaných mandlí - 3 *dkg* krupič. mouky - z 1 citr. kůra - ½ tyčinky tlučené vanilky - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky na formu.

Čokoládový dort III. se šlehanou smetanou.

Do utřeného másla se žloutky a cukrem zamícháme změklou čokoládu. Pak zároveň se sněhem lehce zamícháme neloupané, strouhané mandle a mouku. Těsto pečeme v máslem vymazané a moukou vysypané dortové formě 1 hodinu. Upečený studený dort dvakráte rozkrojíme, naplníme šlehanou smetanou, polijeme čokoládovou polevou, a když oschla, ozdobíme dort šlehanou smetanou.

Rozpočet: 14 *dkg* másla - 6 žloutků - 23 *dkg* cukru - 5 tabulek čokolády (15 *dkg*) - 28 *dkg* rozemletých mandlí - 12 *dkg* krupičkové mouky - tuhý sníh z 8 bílků - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky - ½ litru šlehané smetany a 6 *dkg* cukru na náplň i ozdobu

Levný malý čokoládový dort.

V míse si umícháme do pěny máslo, přidáme prosátý moučkový cukr, vejce a znovu zamícháme. Pak přidáváme po lžících kakao, studené mléko, krupičkovou mouku, do které jsme prosály 1 Oetkerův prášek. Lehce promíchané těsto rozetřeme do malé, máslem vymazané, moukou vysypané dortové formy a velmi zvolna dortík upečeme. Pečený, úplně studený potřeme povrchu dobrou zavařeninou a přes

ni polijeme dort čokoládovou polevou. Nebo dortík rozřízneme, naplníme zavařeninou a polijeme citronovou polevou.

Rozpočet: 5 *dkg* másla - 25 *dkg* cukru - 1 vejce - 5 *dkg* kakaa - neplný ¼ *l* mléka - 1 Oetkerův prášek - 25 *dkg* krupičkové mouky - 1 *dkg* másla - 1 *dkg* mouky na formu - 10 *dkg* malinové neb rybízové zavařeniny. - *Čokoládová poleva* ze 6 *dkg* čokolády - ½ *dkg* másla - ⅛ *l* vody a 10 *dkg* cukru. - *Citronová poleva* z 25 *dkg* cukru - z ½ citronu šťávy a horké vody podle potřeby. Polevy viz str. 415.

Oříškový dort I.

Prosátý tlučený cukr, žloutky, strouhanou citronovou kůru a tlučenou vanilku třeme v míse ¼ hodiny. Pak přidáme z bílků tuhý sníh současně se strouhanou houskou a krupičkovou moukou a strouhanými, neloupanými lískovými oříšky. Těsto rozetřeme do máslem vymazané a moukou vysypané formy a dort pečeme ¾ hodiny. Studený dort dvakráte rozřízneme, potřeme jej slabě malinovou zavařeninou, na ni rozetřeme oříškový krém, dort složíme na sebe, povrchu jej polijeme citronovou polevou a ozdobíme opraženými lískovými oříšky neb loupanými mandlemi a pistaciemi.

Nádivka: v kotlíku na sníh rozšleháme v ⅛ *l* smetany 2 vejce, 8 *dkg* cukru, 4 *dkg* opražených ustrouhaných oříšků a tlučenou vanilku. Kotlík postavíme do vařící vody a krémem šleháme, až zhoustne. Odstavíme ho s plotny a šleháme znovu, až vychladne, načež přidáme lžičku rumu a naplníme dort.

Poleva: 25 *dkg* cukru (pudru), 2 lžíce horké vody a podle potřeby citronové šťávy umícháme na hustou lesklou polevu a povrchu i po stranách polijeme dort.

Rozpočet: 12 *dkg* cukru - 6 žloutků - citronová kůra - tlučená vanilka - 12 *dkg* neloup. lísk. oříšků - ze 6 bílků sníh - 4 *dkg* mouky - 2 *dkg* strouh. housky - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky - 10 *dkg* zavařeniny - 5 *dkg* mandlí - 1 *dkg* pistacií na ozdobu.

Oříškový dort II.

Z bílku si ušleháme tuhý sníh, do něho zašleháme polovinu vanilkového cukru a druhou polovinu lehce zamícháme. Pak přidáme žloutky, jeden po druhém, rozpuštěné, vychladlé máslo, oloupané, strouhané oříšky, strouhanou housku nebo piškotové drobečky. Těsto rozetřeme do máslem vymazané, moukou vysypané formy a pečeme zvolna asi ¾ hodiny. Pečený studený dort naplníme zavařeninou neb oříškovou nádivkou, polijeme buď rumovou neb čokoládovou polevou a ozdobíme malými mandlovými hříbečky. (Viz Hříbečky, str. 371!)

Nádivka: 10 *dkg* lískových oříšků promícháme se lžicí vody a utlučeme v mosazném hmoždíři. 10 *dkg* cukru dáme povařiti s $^1/_{16}$ *l* vody, nalijeme do utlučených oříšků, načež přidáme lžičku rumu, utlučenou vanilku, dobře zamícháme a dort naplníme.

Polevu viz Polevy, str. 415!

Rozpočet: z 5 bílků sníh - celkem 14 *dkg* cukru - tlučená vanilka - 5 žloutků - 11 ½ *dkg* lískových oříšků - 5 *dkg* rozpuštěného másla - 4 *dkg* strouh. housky neb piškotových drobečků - 2 *dkg* másla a 2 *dkg* mouky na formu.

Oříškový dort III.

Tlučený, prosátý cukr mícháme se žloutky a vanilkou ¾ hod. Potom zároveň se sněhem zlehka přimícháme strouhanou housku s mletými oříšky. Těsto pečeme ve vymazané a moukou vysypané formě ¾ hodiny. Studený dort dvakráte rozřízneme, naplníme nádivkou, potom zatížíme a druhý den polijeme čokoládovou polevou a ozdobíme opraženými oříšky.

Nádivka: 4 lžíce sladké smetany, 3 žloutky, 10 *dkg* cukru dobře umícháme a stále krémem šlehajíce necháme jej v páře zahoustnouti. (Hrnek se žloutky postavíme do kastrolu s vařící vodou.) Potom zamícháme studený krém do 12 *dkg* utřeného čajového másla a přidáme 10 *dkg* opražených strouhaných oříšků.

Polevu si připravíme ze 20 *dkg* cukru, ¼ *l* vody, 1 *dkg* másla, 12 *dkg* čokolády. Příprava viz Polevy str. 415!

Rozpočet na dort: 14 *dkg* cukru - vanilka - 7 žloutků - 14 *dkg* lískových oříšků - 10 *dkg* strouh. housky neb piškotových drobečků - ze 7 bílků sníh - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky.

Ořechový dort I.

Tlučený cukr, prosátou vanilku neb vanilkový prášek, žloutky třeme v míse 20 minut. Pak zamícháme do těsta strouhanou čokoládu, zlehka z bílků sníh, strouhanou housku neb piškotové drobečky a strouhané vlašské ořechy. Lehce promíchané těsto rozetřeme do máslem vymazané a moukou vysypané dortové formy a dort pečeme v přiměřeně vytopené troubě asi ¾—1 hodinu. Upečený opatrně vyklopíme a dáme poznenáhlu vychladnouti. Úplně studený dort, nejlépe druhý den dvakráte rozkrojíme, naplníme ořechovým krémem a polijeme čokoládovou polevou. Potom dort ozdobíme kopretinami z loupaných nakrájených mandlí.

Nádivka: rozstrouhané vlašské ořechy spaříme mlékem. Zvlášť umícháme čajové máslo s vanilkovým cukrem, přidáme spařené, vychladlé ořechy a nádivku dobře umícháme.

Rozpočet na dort: 7 lžic cukru - 1 *cm* tlučené vanilky - 7 žloutků - 3 menší tabulky čokolády - 2 lžíce strouhané housky neb drobečků - 3 lžíce strouhaných vlašských ořechů - ze 7 bílků sníh - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky na formu. *Rozpočet nádivky:* 14 *dkg* ořechů - ⅛ *l* mléka - 8 *dkg* čajového másla - 8 *dkg* vanilkového cukru - 4 *dkg* mandlí na kopretiny. *Čokoládovou polevu:* připravíme z 20 *dkg* cukru - ¼ *l* vody - 12 *dkg* čokolády a 1 *dkg* másla. - Příprava viz Polevy strana 415!

Ořechový dort II.

Prosátý tlučený cukr, žloutky, citronovou kůru a tlučenou vanilku třeme v míse 20—25 minut. Poté přidáme tuhý sníh z bílků současně se strouhanými vlašskými ořechy, strouhanou houskou nebo piškotovými drobečky a krupičkovou moukou. Těsto rozetřeme do máslem vymazané, moukou vysypané formy a dort pečeme ¾—1 hodinu. Upečený studený dort rozřízneme, naplníme ořechovou smetanou, vložíme na

sebe a polijeme bílou punčovou polevou. Když oschla, ozdobíme dort hubinkami ze šlehané smetany, na které položíme půlky ořechů.

Nádivka: V kotlíku na sníh hodně ve studenu (neb na ledě) ušleháme ¼ *l* šlehané smetany. Pak do ní lehce zamícháme 3½ *dkg* prosátého cukru a 2 *dkg* strouhaných vlašských ořechů. Zvlášť si ušleháme ⅛ *l* šlehané smetany, do které zamícháme 1½ *dkg* prosátého cukru pudru. Dort ozdobíme pomocí kornoutu s hladkou trubičkou.

Polevu si připravíme jako citronovou, viz Oříškový dort I. str. 394. Dáme však podle potřeby bílého punče, na ozdobu 4 *dkg* půlek ořechů.

Rozpočet na dort: 13 *dkg* cukru - 7 žloutků - vanilka - citronová kůra - 11 *dkg* vlašských ořechů - ze 7 bílků sníh - 4 *dkg* strouhané housky neb piškotových drobečků a 6 *dkg* krupičkové mouky - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky na formu.

Ořechový dort (velmi dobrý) III.

Tlučený prosátý cukr, žloutky a tlučenou vanilku třeme v mise ¾ hodiny. Pak přidáme tlučenou praženou kávu, strouhanou čokoládu, z bílků tuhý sníh, piškotové drobečky a strouhané vlašské ořechy. Těsto vlijeme do máslem vymazané, moukou vysypané formy a zvolna pečeme 1 hodinu. Pečený, studený dort polijeme čokoládovou polevou a než oschne, ozdobíme půlkami ořechů. Tento dort můžeme naplniti dobrou zavařeninou neb máslovým krémem (viz Čokol. dort I. str. 392) neb oříškovou nádivkou (viz Oříškový dort II. str. 394).

Polevu viz Polevy str. 415.

Rozpočet: *Velká forma:* 20 *dkg* cukru - 10 žloutků - tlučená vanilka - 8 zrnek pražené tluč. kávy - 1 tabulka čokolády - z 10 bílků tuhý sníh a 30 *dkg* strouh. vlašských ořechů - 5 *dkg* piškotových drobečků - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky na formu.

Libušin dort.

Tlučený cukr, žloutky, citronovou kůru a vanilku třeme v mise 20 minut. Pak přidáme z bílků tuhý sníh a krupičkovou mouku. Z připraveného těsta upečeme na máslem potřeném a moukou posypaném papíře čtyři stejné kruhy, které si tužkou na papír naznačíme. Upečené těsto zbavíme papíru, načež úplně studené tři kruhy naplníme připravenou nádivkou, čtvrtým přiklopíme a dort zatížíme prkénkem. Potom jej polejeme čokoládovou polevou a ozdobíme nádivkou pomocí kornoutku s hvězdičkovou trubičkou.

Nádivka: ⅛ *l* smetany, 4 žloutky, 1 *dkg* mouky, 20 *dkg* cukru a tlučenou vanilku ušleháme v kotlíku. Pak jej postavíme do kastrolu s vařící vodou a krémem šleháme, až zhoustne. Odstavíme jej a znovu šleháme, až vychladne. V mise si zatím umícháme 22 *dkg* čajového másla, do něho přidáme a dobře zamícháme vařený studený krém ze žloutků. Takto připravenou nádivku rozdělíme na 3 díly, první díl rozetřeme hned na jeden upečený kruh, do druhého dílu nádivky přidáme 1 tabulku změklé čokolády nebo 2½ *dkg* kakaa a do třetího dílu nádivky přidáme 3 kapky červeného bretonu a 2 lžíce bílého punče neb rumu. Takto připravenou nádivkou střídavě naplníme dort.

Rozpočet: 12 *dkg* cukru - 6 žloutků - citronová kůra - vanilka - ze 6 bílků sníh - 12 *dkg* krupičkové mouky - 2 *dkg* másla a 2 *dkg* mouky na papír. *Na polevu:* 12 *dkg* čokolády - 1 lžíce vody - ½ *dkg* másla - 20 *dkg* cukru - ¼ litru vody. Viz úprava str. 415!

Dobošův dort s polevou z páleného cukru.

Upečeme si 5 kruhů z téhož těsta jako na Libušin dort. Čtyři kruhy naplníme čokoládovou nádivkou, a když dobře ztuhla (ve studenu nebo u ledu), nakrájíme dort na dílky. Pátý kruh položíme na máslem potřený plech a polijeme jej polevou z páleného cukru. Než poleva ztvrdne, nasekáme namočeným nožem stejné dílky, které složíme na povrch ztuhlého dortu. Rozpočet těsta jako na Libušin dort.

Nádivka: ¼ *l* smetany, 3 žloutky, 2 *dkg* mouky a tlučenou vanilku dobře ušleháme a necháme ve vařící vodě s kotlíkem stále šlehajíce zahoustnouti a pak dáme na talíř vychladnout. (Místo mouky můžeme dáti žloutek.) V míse si umícháme 15 *dkg* čajového másla s 15 *dkg* cukru (pudru), načež přidáme 10 *dkg* změklé čokolády a studený vařený krém.

Poleva z páleného cukru: Na ocelovou pánev nasypeme 16 *dkg* tlučeného cukru a necháme jej na plotně zežloutnouti (bez vody). Pak hned polijeme připravený kruh.

Drážďanský dort.

Do prosáté hladké mouky rozsekáme na vále máslo, přidáme moučkový cukr, strouhanou citronovou kůru, na špičku nože rozváleného amonia a žloutky. Z toho vypracujeme dobře těsto a dáme do studena ztuhnouti. Potom je vložíme do suché dortové formy a dáme do trouby na polovici upéci. Na toto nedopečené těsto nalijeme jiné, zvlášť připravené těsto a dort v mírné troubě zvolna upečeme. Upečený dort buď podáváme pocukrovaný nebo jej ještě povrchu potřeme lehce meruňkovou zavařeninou a polijeme citronovou polevou.

Druhé těsto: v míse si umícháme máslo, přidáme prosátý cukr, žloutky a tlučenou vanilku. Pak bedlivě míchajíce přidáváme loupané mleté mandle a po lžících kyselou hustou smetanu. Řádně vymíchané těsto nalijeme na první nedopečenou placku a upečeme.

Rozpočet na první křehkou placku: *Velká forma:* 21 *dkg* hladké mouky - 16½ *dkg* másla - 16½ *dkg* cukru - z ½ citronu kůra - na špičku nože amonia - 3 žloutky. *Rozpočet na druhé třené těsto:* 6 *dkg* másla - 21 *dkg* cukru - 3 žloutky - 21 *dkg* loupaných mandlí - ¼ *l* husté kyselé smetany - tlučená vanilka - 3 *dkg* vanilkového cukru - neb 2 *dkg* meruňkové zavařeniny a polevu citronovou z 10 *dkg* cukru (pudru).

Jiný rozpočet na tentýž postup: *I. těsto křehké:* 20 *dkg* hladké mouky - 14 *dkg* másla - 12 *dkg* cukru - s ½ citr. kůra - 4 žloutky - na špičku nože amonia - zpracujeme v těsto a upečeme napolo. *Druhé třené těsto bez másla:* 14 *dkg* loup. strouh. mandlí utřeme s 1 lžící kyselé smetany, pak přidáme do mandlí 14 *dkg* cukru, 2 žloutky a trochu vanilky a dobře utřené rozetřeme na spodek a zvolna dort dopečeme. Pak potřeme meruňkovou zavařeninou a polijeme citronovou polevou.

Linecký dort hnědý.

Do hladké mouky rozsekáme máslo, přidáme sítem prolisované vařené žloutky, 1 celé syrové vejce, moučkový cukr, strouhanou čokoládu, strouhanou citronovou kůru, ½ kávové lžičky skořice, 1 tlučený hřebíček a na špičku nože amonia. Vše zpracujeme v těsto a ve studenu je necháme ztuhnouti. Potom těsto vyválíme, kruhem vykrojíme, položíme na papír, povrchu potřeme zavařeninou, z téhož těsta upravíme z tenkých válečků přes zavařeninu mřížky a kolem ze silného válečku uděláme okraj. Poté potřeme mřížky i okraj vajíčkem a posypeme na tenké plátečky (jako hoblinky) loupanými mandlemi. V dortovém kruhu na papíře upečeme dort do růžova. Posypeme jej vanilkovým cukrem a podáváme.

Rozpočet: 21 *dkg* hladké mouky - 14 *dkg* másla - 2 vař. prolis. žloutky - 1 vejce - 1 tab. čokolády - 14 *dkg* cukru - z ½ citr. kůra - ½ kávové lžičky skořice - 2 tluč. hřebíčky - na špičku nože amonia - 1 vejce na potření - 15 *dkg* rybíz. zavařeniny - papír - 3 *dkg* mandlí na posypání.

Linecký dort.

Do hladké mouky rozsekáme máslo, přidáme cukr (pudr), loupané strouhané mandle, citronovou kůru, tlučenou vanilku a vejce i žloutky. Naposled přidáme čtvrt kávové lžičky rozváleného amonia, vypracujeme rychle těsto a dáme je do studena na 3 hodiny odpočinouti. Pak těsto vyválíme, vykrojíme silný kotouč, potřeme jej rybízovou zavařeninou. Z odkrojeného těsta uděláme tenké válečky, upravíme z nich mřížky na dort, kolem položíme silný okraj z těsta, načež dort potřeme umíchaným vajíčkem, posypeme na tenké plátečky nakrájenými mandlemi a dort zvolna upečeme na papíře v železném kruhu v dobře vyhřáté troubě. Pocukrovaný studený dort podáváme.

Rozpočet: 28 *dkg* hladké mouky - 24 *dkg* másla - 20 *dkg* cukru - 10 *dkg* mandlí - 2 celá vejce - 2 žloutky - amonium - ze ¼ citronu kůra - vanilka - 1 vejce na potření - 2 *dkg* loup. mandlí - 12 *dkg* zavařeniny - papír pod dort.

Jiný rozpočet na linecký dort: (velmi dobrý), tentýž postup: 25 *dkg* hladké mouky - 12 *dkg* moučkového cukru - 12 *dkg* opražených lískových strouhaných oříšků neb loup. mandlí - tlučená vanilka - strouhaná citronová kůra - 20 *dkg* másla - 3 žloutky - na špičku nože amonia - 1 vejce na potření - 15 *dkg* zavařeniny - papír pod dort.

Pískový dort.

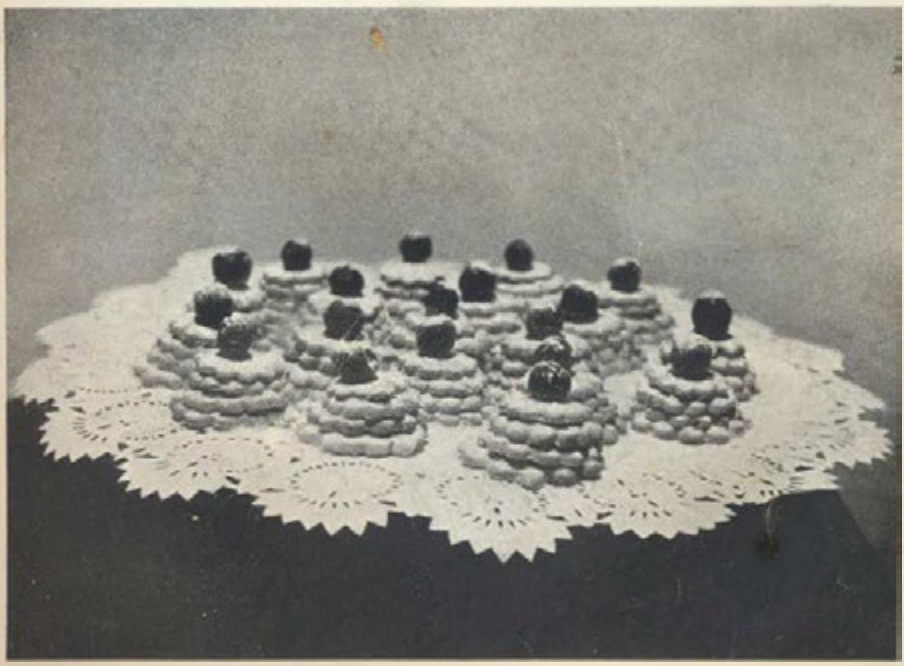
Do dobře umíchaného másla zamícháme cukr, žloutky, přilijeme rum, citronovou šťávu a třeme asi ¾ hodiny. Pak přidáme z bílků sníh a prosátou bramborovou mouku. Těsto pečeme v máslem vymazané a moukou vysypané dortové formě 1¼ hodiny. Upečený vychladlý dort potřeme dobrou zavařeninou a posypeme cukrem.

Studený dort můžeme proříznouti, naplniti zavařeninou a povrchu políti citronovou polevou.

Rozpočet: 28 *dkg* másla - 28 *dkg* cukru - 4 žloutky - ze ¼ citr. šťáva - 1 plná lžíce rumu - ze 4 bílků sníh - 28 *dkg* bramb. mouky - 10 *dkg* zavařeniny - 5 *dkg* cukru. *Poleva:* 15 *dkg* cukru (pudru) - 1 lžíce vody a asi z ¼ citronu šťáva. Přípravu viz Polevy str. 415!



Různé formy: na dorty a pudingy.



Skládané hvězdičky s třešněmi.



Čajové zákusky.



Košíček s mandlovým ovocem.

Oplatkový dort (Pischingerův dort) I.

Máslo, cukr, žloutky dobře utřeme, poté přidáme rum, změklou čokoládu (čokoládu dáme do hrnečku, zalijeme 1 lžicí vody a na mírném ohni dobře rozehřejeme) a znovu dobře umícháme. Neslazené oplatky pomažeme tímto krémem, spojíme dohromady, kolem dobře uhladíme, zatížíme a dáme do studena. Pak povrch polijeme čokoládovou polevou, jako čokoládové koule, viz str. 333. Studený dort ostrým nožem nakrájíme a podáváme.

Rozpočet: 10 větších neslazených oplatek - 14 *dkg* čajového másla - lžíce rumu - 20 *dkg* pudr. cukru - 3 žloutky - 16 *dkg* čokolády. *Poleva:* 20 *dkg* čokolády — 3 *dkg* kakaového másla.

Oplatkový dort (Pischingerův) II.

Máslo s cukrem a žloutky umícháme do pěny, pak přidáme změklou čokoládu, po částech opražené strouhané oříšky a naposled přimícháme smetanu a rum nebo punč. Karlovarské oplatky potřeme lehce smetanou, pomažeme tímto krémem, spojíme je dohromady, kolem dobře uhladíme a zatížíme. Pak povrch polijeme čokoládovou polevou nebo polevou z čokoládové máčecí hmoty a posypeme jej loup. sekanými pistaciemi.

Příprava polevy z čokoládové máčecí hmoty: 20 *dkg* čokoládové máčecí hmoty rozehřejeme v hrnečku, který postavíme do kastrolu s vodou na plotnu. Je-li hmota hustá, přidáme do ní 3 *dkg* kakaového másla a mícháme tak dlouho, až poleva vychladne, znovu ohřejeme a mícháme, až poleva opět vychladne, poté ihned polijeme dort. Tato poleva jest velmi chutná, protože není přeslazena.

Rozpočet: 5 karlovarských neslazených oplatek - 15 *dkg* čaj. másla - 15 *dkg* cukru - 2 žloutky - 15 *dkg* čokolády - 15 *dkg* lísk. oříšků neb mandlí - 1 lžíce rumu neb i jiného likéru a ⅛ *l* sladké smetany - ½ *dkg* pistacií.

Dvoubarevný dort.

Tlučený cukr, žloutky, citron. kůru třeme v míse 20 minut. Poté přidáme tuhý sníh z bílků, loupané mleté mandle a piškotové drobečky. Těsto rozdělíme na 2 díly; do jednoho dílu zamícháme mouku, do druhého kakao neb strouhanou čokoládu a strouhaný suchý tmavý chléb. Každý díl zvlášť lehce promícháme. Dortovou formu vymažeme máslem, vysypeme moukou, načež ji plníme střídavě vždy lžící světlého a zase lžící tmavého těsta. Ve druhé řadě dáváme zase na světlé těsto tmavé a na tmavé světlé. Takto upravený dort pečeme zvolna ¾ hod. Pečený prochladlý polijeme hustou citronovou polevou a vkusně ozdobíme zavař. ovocem, aneb jej povrchu potřeme jahodovou neb malinovou zavařeninu a přes zavařeninu nalijeme čokoládovou polevu a ozdobíme loupanými mandlemi.

Rozpočet na 1 dort: 18 *dkg* cukru - 8 žloutků - ze ¼ citronu kůra - 8 bílků na sníh - 18 *dkg* mandlí - 2 *dkg* piškotových drobečků - 3 *dkg* krupičkové mouky - 3 *dkg* čokolády neb 1 *dkg* kakaa a 2 *dkg* chleba - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky na formu - 8 *dkg* zavařeniny - 5 *dkg* mandlí na ozdobu. *Polevy* viz str, 415!

Brabantový dort.

Do hladké mouky, cukru, neloupaných, strouhaných oříšků neb mandlí rozsekáme máslo, přidáme 1 lžíci skořice a vypracujeme na vále lehce a dobře křehké těsto. Pak z něho vyválíme tři placky, kruhem je vykrojíme a na papíře v kruzích upečeme. Vychladlé potřeme zavařeninou, každý plátek jinou, vrchní pomažeme meruňkovou zavařeninou a povrch polijeme bílou polevou. (Tento dort dlouho vydrží.)

Rozpočet: 28 *dkg* hladké mouky - 14 *dkg* oříšků neb mandlí - 14 *dkg* cukru - 28 *dkg* másla - 1 lžíce tlučené skořice - bílý papír - 10 *dkg* angreštové zavařeniny - 10 *dkg* malinové neb rybízové a 10 *dkg* meruňkové zavařeniny. *Rozpočet na polevu* viz Polevy str. 415.

Dort z mrkve.

Žloutky utřeme s cukrem, citronovou šťávou i kůrou do husta. Poté přidáme opranou strouhanou mrkev, rum a se sněhem lehce zamícháme oloupané mleté mandle a housku neb piškotové drobečky. Dort upečeme ve vymazané a moukou vysypané formě v mírné troubě (peče se 1 hod.). Upečený prochladlý dort polijeme rumovou neb citronovou polevou a ozdobíme jej malými mrkvičkami z mandlového těsta.

Mandlové těsto: opařené, oloupané strouhané mandle utlučeme v hmoždíři s cukrem, přidáme bílek a na vále zpracujeme tvárlivé těsto, z něhož děláme ozdoby na dorty. (Mrkvičky obarvíme oranž. bretonem.)

Rozpočet na velký dort: 35 *dkg* cukru - 8 žloutků - 35 *dkg* mrkve - 20 *dkg* mandlí - 15 *dkg* housky neb drobečků - ⅛ *l* rumu - z 1 citr. kůra i šťáva - z 8 bílků sníh. - *Rumová poleva:* 35 *dkg* cukru (pudru) - ⅛ *l* rumu. - *Mandlové těsto:* 20 *dkg* cukru - 10 *dkg* mandlí - ½ bílku a 2 *dkg* cukru - breton.

Pomerančový dort.

Žloutky, cukr, pomerančovou kůru i šťávu, citr. kůru i šťávu utřeme v míse do husta. Pak přidáme z bílků tuhý sníh a krupičkovou mouku. Těsto upečeme ve vymazané a moukou vysypané formě do růžova (50 minut). Zchladlý dort, pokud možno druhý den, rozkrojíme jednou až dvakrát a naplníme krémem. Pak jej složíme na sebe, kolem obalíme plátkem z mandlového těsta a na okraji ozdobíme dort válečkem z téhož těsta. Na povrchu naklademe osminy oloupaného pomeranče uvařeného v cukru a citr. šťávě a zalijeme ovocným rosolem.

Krém: 15 *dkg* másla utřeme s 10 *dkg* vanilkového cukru. Pak přidáme 12 *dkg* opražených rozemletých oříšků a 12 *dkg* strouhané čokolády.

Mandlové těsto: 12 *dkg* mandlí spaříme, oloupáme, rozstrouháme a v hmoždíři utlučeme s 10—15 *dkg* pudrového cukru a půl bílku. Pak těsto rozválíme na tenounký plást a dort obalíme.

Ozdoba a rosol: 5 pomerančů zbavíme jader, rozdělíme je na osminy a vložíme do malého množství vody s 15 *dkg* cukru a šťávou z ½ citronu. Necháme, aby je přešel var, vyndáme je a zchladlé narovnáme na dort. Do šťávy, ve které se pomeranče vařily, přidáme 1½ *dkg* rozvařeného agaru (viz Agarový koláč str. 319). Když šťáva zhoustne, procedíme ji a nalijeme na pomeranče (10 *dkg* cukru a ⅛ *l* vody na 1½ *dkg* agaru).

Rozpočet na těsto: 28 *dkg* cukru - 7 žloutků - z 1 pomoranče šťáva i kůra - 22 *dkg* mouky - 1 celý citron - ze 7 bílků sníh - 2 *dkg* másla a mouky na formu.

Kaštanový dort.

Do umíchaného másla zamícháme žloutky, tlučený cukr, vanilku, citronovou kůru a třeme 25 minut. Pak přidáme kaštany, které nejdříve oloupáme, pak zalijeme mlékem a uvaříme do měkka. Polovinu uvařených kaštanů prolisujeme žíněným sítem, ostatní nakrájíme na hodně drobné kousky. Takto upravené kaštany přidáme k utřenému těstíčku, načež přimícháme ještě neloupané, strouhané mandle, 2 lžíce bílého punče nebo likéru maraschino a z bílků tuhý sníh. Těsto upečeme ve dvou stejných, máslem vymazaných a moukou vysypaných formách do růžova asi $^3/_4$ hodiny. Upečený studený dort spojíme nádivkou buď kaštanovou nebo kaštanovou se šlehanou smetanou nebo jen šlehanou smetanou. Povrch polijeme čokoládovou polevou a ozdobíme cukrovými kaštany.

I. nádivka kaštanová: 12 *dkg* kaštanů oloupáme, spaříme, znovu oloupáme a uvaříme ve ¼ *l* mléka do měkka. Pak je prolisujeme. V $^1/_8$ *l* vody svaříme 18 *dkg* cukru na husto, načež do něho zamícháme prolisované kaštany, 9 *dkg* strouh. lískových oříšků, chvíli je ještě povaříme a do úplně studeného zamícháme $^1/_8$ *l* ušlehané smetany.

Nádivka II.: 18 *dkg* kaštanů oloupáme, spaříme, uvaříme ve $^3/_{16}$ *l* mléka a prolisujeme. Pak do nich zamícháme 8 *dkg* vanilkového cukru a 1 lžíci maraschina neb rumu a dobře promícháme.

Nádivka III.: ¼ *l* smetany šlehané a 3 *dkg* cukru do ní.

Kaštany na ozdobu: 1 *kg* kaštanů se slupkou uvaříme, oloupáme a prolisujeme sítem neb naříznuté upečeme, oloupáme a ustrouháme. Potom do nich zamícháme 20 *dkg* cukru (pudru) a kávovou lžičku rumu neb bílého punče. Z tuhého těsta utvoříme rukou kaštany a na pocukrovaném prkénku je usušíme. Suché kaštany polijeme čokoládovou máčecí hmotou (viz Mandlové švestky str. 372), kterou dáme ztuhnouti, a pak jimi ozdobíme dort. (¼ *kg* čokoládové máčecí hmoty a 4 *dkg* kakaového másla.)

Poleva. Hmotu rozehřejeme v kastrolku a kaštany polijeme. Je-li hustá, můžeme do ní přidati kakaové máslo.

Rozpočet těsta na dort: 9 *dkg* másla - 18½ *dkg* cukru - 6 žloutků - vanilka - ze ¼ citronu kůra - 37 *dkg* syrových kaštanů - ½ *l* mléka na uvaření kaštanů - 10½ *dkg* mandlí - 1 lžíce punče neb likéru - ze 6 bílků sníh - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky.

Datlový dort.

V míse si utřeme máslo, pak přidáme tlučený prosátý cukr, žloutky, vanilku, citronovou kůru a znovu dobře umícháme. Pak přidáme současně se sněhem z bílků drobně nakrájené datle, neloup. strouh. mandle neb oříšky, piškotové drobečky neb strouhanou housku. Těsto upečeme velmi zvolna (1 hod.) v máslem vymazané, moukou vysypané dortové formě a pečený dort buď podáváme jenom po-

cukrovaný, nebo jej druhý den rozkrojíme, naplníme nádivkou, polijeme libovolnou polevou, buď mramorovou neb bílou polevou a ozdobíme plněnými datlemi.

Nádivka: 12 *dkg* čajového másla utřeme do pěny. Pak do něho dobře zamícháme 6 *dkg* vanilkového cukru, 2 *dkg* loup. strouhaných mandlí, 5 *dkg* nakrájených datlí a 1 lžíci rumu.

Plněné datle: ze 12 *dkg* datlí vyjmeme pecky a nahradíme je mandlovým neb oříškovým těstem, které si připravíme ze 3 *dkg* loupaných ustrouhaných mandlí neb opraž. oříšků, 6 *dkg* cukru (pudru) a ½ bílku. (Viz Hříbečky str. 371!)

Polovinu těsta obarvíme 1 kapkou bretonu a druhou necháme bílou, takže máme dort ozdobený střídavě datlí s peckou růžovou a bílou.

Mramorovou polevu viz Mandlové řezy, týž rozpočet str. 339.

Citronovou polevu viz Citronové oválky str. 340.

Rozpočet: 6 *dkg* másla - 10 ¼ *dkg* cukru - vanilka - citr. kůra - 6 žloutků - 4 ½ *dkg* neloup. mandlí neb oříšků - 4 ½ *dkg* datlí - ze 6 bílků sníh - 7 ½ *dkg* drobečků neb housky - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky.

Janovský dort.

V míse mícháme ¾ hodiny tlučený cukr se žloutky, citronovou kůrou a vanilkou do husta. Pak přidáváme po lžičkách stále míchajíce rozpuštěné vlahé máslo, z bílků tuhý sníh a krupičkovou mouku. Těsto upečeme v másle vymazané, moukou vysypané formě do růžova (¾ hod.). Upečený, studený dort dvakrát rozřízneme, potřeme meruňkovou zavařeninou a krémem, složíme na sebe a trochu zatížíme. Potom dort polijeme pomorančovou neb citronovou polevou a ozdobíme zavařenými šípky a andělikou.

Krém: v $^1/_{16}$ *l* smetany rozmícháme 5 žloutků, načež postavíme nádobu do kastrolu s horkou vodou a krémem kverláme, až zhoustne. Pak přidáme kávovou lžičku hladké mouky, 10 *dkg* moučkového cukru, 3 *dkg* čerstvého másla a krémem znovu mícháme na plotně ve vařící vodě. Pak nádobu s plotny odstraníme a dáme vychladnouti. Do studeného krému zamícháme 5 *dkg* loupaných, na nudličky krájených mandlí a naplníme dort.

Pomorančovou polevu připravíme jako citronovou, přidáme však šťávu z pomoranče (viz rozpočet Citr. oválky str. 340).

Rozpočet na dort: 28 *dkg* cukru - 10 žloutků - z 1 citronu strouhaná kůra - vanilka - 28 *dkg* rozpušť. másla - z 10 bílků sníh - 28 *dkg* krupič. mouky - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky - 20 *dkg* meruňkové zavařeniny.

Skládaný dort.

I. těsto: do 3 *dkg* umíchaného másla zamícháme 8 *dkg* cukru a 4 žloutky, načež přidáme 4 *dkg* strouhané čokolády, ze 4 bílků sníh současně se 2 *dkg* strouhaných oříšků a 5 *dkg* krupičkové mouky. Lehce promíchané těsto rozetřeme do máslem vymazané a moukou vysypané formy (2 *dkg* másla a 2 *dkg* mouky) a v mírnější troubě upečeme.

II. těsto: 5½ *dkg* cukru, 3 žloutky, citronovou kůru a tlučenou vanilku třeme v mise, až vše zhoustne. Potom přidáme tuhý sníh ze 3 bílků a 5½ *dkg* krupičkové mouky. Lehce promíchané těsto upečeme v máslem vymazané a moukou vysypané formě do růžova.

Studený dort z I. těsta rozřízneme, potřeme jej třetinou máslové nádivky, na ni položíme upečený dort z II. těsta tak velký jako první, potřeme jej opět nádivkou a na ni položíme druhou polovinu prvního dortu. Takto složený dort potřeme po stranách i na povrchu malinovou zavařeninou a posypeme jej loupanými, hrubě sekanými, opraženými mandlemi neb oříšky. Do středu dortu položíme čokoládový dortík a do jeho středu umístíme růži z mandlového těsta, okolo ní položíme poupata růží, kterými i dort okolo ozdobíme. Potom dáme zbylou nádivku do papírového kornoutu s hvězdičkovou trubičkou a dort vkusně ozdobíme.

III. těsto na malý čokoládový dortíček: v mise si umícháme do husta 5 *dkg* cukru, 2 žloutky a utlučenou vanilku. Pak přidáme ze 2 bílků tuhý sníh současně se 3 *dkg* bílé strouhané housky nebo piškotových drobečků a 5 *dkg* loupaných strouhaných mandlí. Těsto dáme do syrovým máslem vymazaného a moukou vysypaného kastrolku, polovičního, jako je průměr předešlých dortů, a upečeme je v mírnější troubě do bledě růžova.

Studený dortíček polijeme čokoládovou polevou a ozdobíme jej.

Rozpočet na polevu viz Ořechové řezy str. 331.

Ozdoba: 4 *dkg* loupaných, jemně strouhaných mandlí smícháme s ½ bílkem a v mosazném hmoždíři utlučeme na kaši. Potom ji dáme na čisté prkénko, přidáme k ní 8 *dkg* cukru (pudru), 2 kapky červeného bretonu a dobře vypracujeme. Potom těsto vyválíme, malým kroužkem vykrájíme a uděláme nejdříve velkou růžičku, pak poupátka, která upravíme vkusně na celý dort.

Nádivka: 26 *dkg* čajového másla umícháme do pěny. Do toho přimícháme 26 *dkg* cukru (pudru) a vanilku, znovu umícháme, načež stále bedlivě míchajíce přidáváme $^{3}/_{16}$ *l* husté sladké smetany a 1 lžíci bílého punče nebo citronové šťávy. (Pozor, aby se nádivka nesrazila.)

4 *dkg* loupaných sekaných mandlí na pánvi opražíme 1 minutu. Pak jimi posypeme dort potřený 14 *dkg* malinové zavařeniny.

Místo zbylou nádivkou můžeme dort ozdobiti slazenou šlehanou smetanou. ¼ *l* šlehané smetany, 2 *dkg* práškového cukru.

Jarní dort.

Do umíchaného másla zamícháme prosátý tlučený cukr a tlučenou vanilku. Poté přidáme současně se sněhem z bílků loupané, jemně umleté mandle a krupičkovou mouku. Těsto nalijeme do syrovým máslem vymazané, moukou vysypané malé formy a upečeme je do růžova. Studený dort polijeme žloutkovou polevou a okraj dortíku, než poleva ztuhne, hustě posypeme drobně usekanými loupanými pistaciemi.

Poleva: 3 žloutky, 14 *dkg* cukru (pudru) s prosátou vanilkou třeme pilně čtvrt hodiny. 1 *dkg* pistacií na posypání.

Rozpočet: 14 *dkg* másla - 14 *dkg* cukru - vanilka - ze 4 bílků sníh - 14 *dkg* loup. mandlí - 7 *dkg* krupičkové mouky - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky na formu.

Mandlový dort I.

Do tuhého sněhu z bílků zašleháme polovinu tlučeného, prosátého cukru, poté metlu vyndáme a vařečkou lehce přidáme druhou polovinu cukru, do které jsme prosály tlučenou vanilku. Potom přidáme loupané, jemně ustrouhané mandle, opražené, ustrouhané lískové oříšky a piškotové drobečky neb housku. Lehce promíchané těsto rozetřeme do máslem vymazané, moukou neb jemnou prosátou houskou vysypané dortové formy a zvolna dort pečeme asi 1 hod. Pečený pocukrujeme vanilkovým cukrem, nebo úplně studený ozdobíme šlehanou smetanou a zavařenými višněmi.

Rozpočet: 7 bílků - 14 *dkg* tlučeného cukru - 14 *dkg* vanilkového cukru - 14 *dkg* mandlí - 14 *dkg* lískových oříšků - 2 *dkg* piškotových drobečků nebo strouhané housky - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky na formu - ¼ *l* šlehané smetany - 2 *dkg* moučkového cukru - 10 zavařených višní.

Mandlový dort II.

Do tuhého sněhu z bílků zašleháme polovinu cukru a druhou polovinu jenom lehce zamícháme, načež přidáváme neloupané strouhané mandle, strouhanou čokoládu, jemně nakrájenou citronádu a strouh. housku. Polovinu těsta rozetřeme do máslem vymazané, moukou vysypané formy, na ni položíme neslazenou oplatku, potřenou rybízovou neb malinovou zavařeninou, a přidáme druhou polovinu těsta. Pěkně je urovnáme a dort pečeme v mírné troubě zvolna asi 1 hod. Prochladlý dort polijeme vařenou citronovou polevou.

Poleva: ¼ *kg* cukru a lžičku bílého syrobu svaříme v ¼ *l* vody na třetí stupeň. (Nitka se netrhá.) Svařený cukr nalijeme rychle na studenou vodou opláchnutou misku, přidáme z 1 citronu šťávu a třeme. Jakmile začne cukr bělet, polijeme dort a kulatým nožem, namočeným v horké vodě, polevu uhladíme.

Rozpočet: 7 bílků - 21 *dkg* tluč. prosátého cukru - 14 *dkg* mandlí - 1 tabulka čokolády - 6 *dkg* citronády - 1 *dkg* housky - 1 karlovarská oplatka - 6 *dkg* zavařeniny - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky na formu.

Bílý mandlový dort III.

Do mísy dáme moučkový prosátý cukr, celá vejce, žloutky, strouhanou citronovou kůru, bílou strouhanou housku a třeme 15 minut. Poté přidáme loupané mleté mandle a neloupané mleté hořké mandle a těsto třeme pilně ještě ¾ hod. Do toho lehce zamícháme tuhý sníh ze 4 bílků, načež těsto rozetřeme do máslem vymazané, strouhanou houskou vysypané velké formy a dort pečeme zvolna 1 hod. Pečený studený dort polijeme bílkovou, citronovou nebo čokoládovou polevou.

Rozpočet: 25 *dkg* cukru - 5 celých vajec - 5 žloutků - z ½ citr. kůra - 6 *dkg* strouhané housky nebo piškotových drobečků - 30 *dkg* loupaných mandlí - 2 *dkg* hořkých mandlí - ze 4 bílků sníh - 2 *dkg* másla a 3 *dkg* housky na formu.

Mandlový dort se šlehanou smetanou.

Z uvedeného rozpočtu připravíme těsto jako na mandlové řezy str. 339! Lehce promíchané těsto vložíme do máslem vymazané, moukou vysypané dortové formy a pečeme je asi ½—¾ hod. Potom dort opatrně vyklopíme na síto a dáme vychladnouti. Pak povrchu (u dortu jest vrch ta strana, která při pečení přiléhá ke dnu formy) potřeme dort dobrou zavařeninou a ozdobíme jej šlehanou slazenou smetanou.

Rozpočet pro 5—10 osob: 15 *dkg* másla - 21 *dkg* cukru - 15 *dkg* loupaných strouhaných mandlí - 22½ *dkg* krupičkové mouky - ¼ balíčku kypřicího prášku - 1 *cm* utlučené vanilky - z 9 bílků sníh - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* krupičkové mouky na formu - 15 *dkg* malinové neb meruňkové zavařeniny - ¼ *l* šlehané smetany - 3 *dkg* pudru cukru do ní.

Jahodový dort.

V míse si umícháme do husta tlučený, prosátý cukr, žloutky a tlučenou vanilku. Pak přimícháme lehce tuhý sníh z bílků současně s přikapávanou citronovou šťávou a krupičkovou moukou. Těsto rozetřeme do máslem vymazané, moukou vysypané dortové formy a upečeme do růžova. Pečený studený dort rozřízneme, naplníme hustým krémem, poklademe na půlky nakrájenými zahradními jahodami nebo posypeme lesními jahodami, složíme na sebe, načež rovněž potřeme krémem a ozdobíme zahradními neb lesními jahodami. Dáme jej do studena a pak teprve dort podáváme.

Krém: $^1/_8$ *l* sladké smetany, 1 *dkg* hladké mouky, 3 žloutky, tluč. vanilku a 3 *dkg* moučkového cukru v kotlíku dobře ušleháme. Pak jej postavíme na plotnu do vařící vody a krémem šleháme, až hodně zhoustne, načež kotlík vložíme do studené vody a šleháme krémem do vychladnutí. Potom do úplně studeného krému lehce zamícháme $^1/_8$ *l* slazené, ušlehané a husté smetany (2 *dkg* cukru do ní), načež naplníme a ozdobíme dort.

Rozpočet: 21 *dkg* cukru - 4 velké žloutky - vanilka - 1 lžíce citr. šťávy - 14 *dkg* mouky - ze 4 bílků sníh - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky - ½ *kg* jahod.

Punčový dort.

Tlučený prosátý cukr, žloutky, strouhanou citronovou kůru a tluč. vanilku třeme v míse 25 minut. Pak přidáme zlehka sníh z bílků a krupičkovou mouku. Lehce promíchané těsto rozdělíme na polovinu, kterou rozetřeme do máslem vymazané, moukou vysypané formy a upečeme do růžova. Druhou polovinu těsta rozdělíme na 3 díly. První díl dáme do jiné, máslem vymazané, moukou vysypané dortové formy a upravíme jej v podobě trojúhelníku. Vedle něho (ne na sebe) upravíme stejný trojúhelník z druhého dílu těsta, do kterého jsme zamíchaly lehce 2 kapky červeného bretonu. Do třetího dílu lehce zamícháme 3 *dkg* strouhané čokolády a upravíme vedle prvých dvou trojúhelníků třetí. Pak upečeme barevné těsto do růžova a pečené prochladlé nakrájíme na stejné kostečky neb proužky. První polovinu pečeného těsta rozkrojíme na dva plásty a potřeme je rybízovou zava-

řeninou. Jeden potřebný plást vložíme do suché, menši, papírem vyložené dortové formy, na něj urovnáme střídavě barevné kostečky neb proužky namočené v punčovině, a to tak, aby byla celá plocha kostečkami vyplněna. Pak na ně nalijeme zbytek punčoviny a přidáme druhý, zavařeninou potřený plást. Dort položíme obráceně na suché čisté prkénko a zatížený ve formě necháme do druhého dne. Druhý den dort zbavíme formy a povrch potřeme hustou punčovou neb rumovou polevou a ozdobíme zavařeným ovocem.

Punčovina na namáčení kostek: 12 *dkg* cukru, $^1/_8$ *l* studené vody smícháme a na plotně uvaříme na slabou nit. Pak přimícháme 16 *dkg* rybízové neb malinové zavařeniny a vaříme 2 minuty. Povařenou zahoustlou směs necháme vychladnouti, načež do ní přidáme z 1 citronu a 1 pomoranče šťávu, $^1/_{16}$ *l* dobrého rumu a $^1/_{16}$ *l* bílého punče. V promíchané punčovině rychle namáčíme kostky neb proužky.

Poleva: 30 *dkg* cukru (pudru), lžíci horké vody, 2 kapky červeného bretonu a podle potřeby punče mícháme, až poleva zhoustne.

Rozpočet na dort: 20 *dkg* cukru - 10 žloutků - vanilka - citronová kůra - z 10 bílků sníh - 22 *dkg* krupičkové mouky - 2 *dkg* másla a 2 *dkg* mouky na formy - 2 kapky červeného bretonu - 3 *dkg* čokolády - 16 *dkg* rybízové zavařeniny.

Agrární dort.

Tlučený, prosátý cukr a žloutky třeme pilně ½ hodiny. Pak přidáme strouhané, loupané mandle, strouhanou bílou housku, drobně usekanou citronádu, drobně usekanou, v cukru zavařenou pomorančovou kůru, trochu tlučené skořice, hřebíčku, 3 lžíce citronové šťávy neb zředěnou zavařeninu, strouhanou citronovou kůru, 1½ tabulky čokolády na kostečky nakrájené (dáme ji dříve do trouby změknouti) a naposled zamícháme lehce do těsta tuhý sníh z bílků. — Dortovou formu vymažeme máslem, vysypeme moukou, těsto do ní rozetřeme a v mírné troubě pečeme ¾—1 hodinu. Studený dort polijeme růžovou polevou jako punčový dort.

Rozpočet: 15 *dkg* cukru - 6 žloutků - 12 *dkg* mandlí - 12 *dkg* bílé housky - 3 *dkg* citronády - 3 *dkg* pomorančových kůrek - tluč. skořice - 2 tluč. hřebíčky - 3 lžíce citr. šťávy (neb 3 lžíce zřed. zavařeniny nebo šťávy ze zavař. višňového kompotu) - citr. kůra - 1½ tab. čokolády - z 6 bílků sníh - 2 *dkg* másla a mouky na formu. — *Polevu* si připravíme z 25 *dkg* cukru (pudru) - z 1 citronu šťávy - 1 lžíce vařící vody a 2 kapek bretonu.

Pražský dort.

(*Svatební dort.*)

V míse smícháme mouku s tluč. cukrem a pomorančovou kůrou, přidáme žloutky a chvíli třeme. Potom přimícháme celá vejce, znovu dobře utřeme, načež do toho stále míchajíce přikapáváme rozehřáté a prochladlé máslo a z bílků tuhý sníh. Tři formy různé velikosti (velká, menší, nejmenší) vymažeme máslem, vysypeme moukou, naplníme těstem, složíme je na plech a v mírné troubě upečeme do růžova. Upečené, vyklopené, úplně studené dorty potřeme lehce zavařeninou a bílou polevou a dáme oschnouti. Potom složíme dorty na

sebe, okrášlíme je šlehanou smetanou a květinkami jako skládaný dort, nahoru upravíme růžičku. Také můžeme dort místo květinkami v létě ozdobiti zahradními jahodami. Místo smetany ozdobíme jej hubinkami z bílků a cukru.

Polevu si připravíme z 50 *dkg* cukru (pudru) a z 1 citronu šťávy. Vařící vody přidáme podle potřeby.

Ozdobu viz Skládaný dort, nebo ¼ *l* šlehané smetany, 3 *dkg* moučkového cukru a ¼ *kg* jahod.

Bílkové hubinky: 1 bílek, 12 *dkg* cukru, 3 kapky citronové šťávy třeme do husta. Pak děláme kornoutem ozdoby.

Rozpočet: 50 *dkg* krupičkové mouky - 50 *dkg* cukru - ze ¼ pomoranče kůra - 50 *dkg* másla - 5 žloutků - 10 celých vajec - z 5 bílků sníh - 6 *dkg* másla na formy a 6 *dkg* mouky - 30 *dkg* malinové zavařeniny.

Sacherův dort.

Do umíchaného másla zamícháme cukr, žloutky, citronovou kůru, tlučenou vanilku a třeme pilně 25 minut. Pak přidáme strouhanou čokoládu. Naposled tuhý sníh, neloupané strouhané mandle a mouku. Těsto rozetřeme do máslem vymazané, moukou vysypané formy a pečeme je zvolna ¾—1 hodinu. Pečený studený dort rozkrájíme, naplníme zavařeninou a polijeme čokoládovou neb mramorovou polevou.

Dort můžeme též naplniti tímto krémem: 10 *dkg* cukru svaříme v ⅛ *l* vody na husto. Pak přidáme 2 lžičky silné černé kávy, necháme přejít var a dáme vychladnouti. V míse si zatím utřeme 12 *dkg* másla, do toho bedlivě míchajíce přilijeme prochladlý cukr s kávou a krém necháme ztuhnouti. Pak naplníme dort.

Rozpočet: 6 *dkg* másla - 12 *dkg* cukru - 6 žloutků - vanilka - citronová kůra - 6 *dkg* čokolády - 6 bílků - 6 *dkg* mandlí - 6 *dkg* krupičkové mouky - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky na formu - 12 *dkg* rybízové zavařeniny. — *Polevu* ze 12 *dkg* čokolády - ½ *dkg* másla - 20 *dkg* cukru - ¼ *l* vody viz Polevy str. 415!

Dort „Malakov".

Nejdříve si připravíme piškoty: prosátý, tlučený cukr, žloutky a tlučenou vanilku třeme v míse ½ hod. Pak přidáme z bílků tuhý sníh současně s krupičkovou moukou. Těsto vložíme do papírového kornoutu s hladkou trubičkou a uděláme na plech papírem vyložený a syrovým máslem potřený 15 malých piškotků, načež z ostatního těsta uděláme velké stejné piškoty. Povrchu posypeme syrové piškoty cukrem a v prostředně horké troubě je upečeme do růžova. Upečené sejmeme s papíru a malé zatím uschováme. Velké piškoty rozpůlíme, načež čistou dortovou formu vylijeme studenou vodou, vysypeme tlučeným cukrem, dno vyložíme vrstvou rozpůlených piškotů, na ně rozetřeme mandlový krém, na ten vložíme opět piškoty a tak pokračujeme, až je forma plná. Na povrchu musí býti piškoty. Takto upravený dort zatížíme a ve studenu nebo na ledě necháme 24 hodiny ztuhnouti. Potom dort vyklopíme, na povrchu i po stranách jej potřeme dobrou meruňkovou zavařeninou, ozdobíme šlehanou slazenou smetanou a malými piškoty.

I. Nádivka — mandlový krém: 12 *dkg* čajového másla dobře umícháme, pak přimícháme 12 *dkg* cukru (pudru), vanilku, 3 žloutky a

znovu dobře utřeme. Potom přiléváme bedlivě míchajíce po lžičkách $^{3}/_{16}$ *l* sladké, svařené studené smetany a 10 *dkg* loupaných, jemně umletých mandlí. Dobře umíchanou nádivkou potíráme vrstvy piškotů.

Také můžeme připraviti nádivku tak, že do ní přikapeme lžíci silné černé kávy nebo lžíci ananasové šťávy.

Jiná náplň na piškoty. V $^{1}/_{8}$ *l* mléka umícháme 2 žloutky, 2 *dkg* hladké mouky a 5 *dkg* cukru. Pak postavíme krém s hrnečkem do kastrolu s vařící vodou a kverláme, až zhoustne. (Vařečka se krémem potahuje.) Pak šleháme znovu, až krém vychladne. V míse si umícháme 14 *dkg* másla se 14 *dkg* cukru, do toho zamícháme vařený studený krém a buď $^{1}/_{16}$ *l* jakéhokoliv likéru neb 1 lžíci černé kávy nebo 1 lžíci prolisovaného ananasu.

Rozpočet na piškoty: 15 *dkg* cukru - 6 žloutků - vanilka - citr. kůra - ze 6 bílků sníh a 18 *dkg* krupičkové mouky - 1 *dkg* cukru na posypání - 1 *dkg* másla na papír - 15 *dkg* meruňkové zavařeniny a ¼ *l* šlehané smetany na ozdobu a 3 *dkg* cukru.

Smetanový dort.

Prosátý, tlučený cukr, žloutky, tluč. vanilku a celé vejce mícháme, až vše zhoustne. Potom přidáme z bílků sníh a krupičkovou mouku. Těsto upečeme ve dvou stejných, máslem vymazaných, moukou vysypaných formách do růžova. Upečené placky dáme vychladnouti. Jednu potřeme meruňkovou zavařeninou a hodně vysoko ušlehanou slazenou smetanou, druhou rovněž potřeme zavařeninou, nakrájíme ji na dílky, složíme je na plást se smetanou, načež každý dílek ozdobíme šlehanou smetanou a dort dokrájíme. V létě zdobíme dort zahradními jahodami.

Rozpočet: 18 *dkg* cukru - 5 žloutků - 1 vejce - vanilka - z 5 bílků sníh - 11 *dkg* krupičkové mouky - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky - ¾ *l* šlehané smetany - 10 *dkg* cukrové moučky - ¼ *kg* jahod.

Merenkový dort se smetanou.

Vlašské strouhané ořechy neb loupané mleté mandle smícháme s 3 bílky a dobře v míse utřeme. Pak přidáme moučkový cukr, vanilku a znovu utřeme. Pak si ušleháme tuhý sníh, do kterého zašleháme cukr a sladký sníh lehce zamícháme do utřeného těsta současně s krupičkovou moukou. Kornoutem s hladkou trubičkou uděláme na plech papírem vyložený 10 hubinek, poprášíme je cukrem, zvolna upečeme, spíše sušíme v mírné troubě do růžova. Ze zbylé hmoty uděláme na papír na plech 2 kulaté plásty (dorty), poprášíme je cukrem a zvolna upečeme jako hubinky. Prochladlé plásty nakrájíme každý na 10 dílů, polovinu jich složíme na rovnou dortovou mísu, potřeme je šlehanou slazenou smetanou, na ni složíme druhé dílky a povrch zdobíme smetanou a hubinkami, načež dort nakrájíme.

Rozpočet: 12 *dkg* vlašských ořechů neb loupaných mandlí - 3 bílky - 12 *dkg* cukru - vanilka a 4 *dkg* krupičkové mouky - sníh ze 6 bílků a do něho 12 *dkg* cukru - papíry na plech a kornout. — *Na ozdobu:* ½ *l* šlehané smetany - 5 *dkg* vanilkového cukru.

Skládaný smetanový dort.

Do tuhého sněhu z bílků zašleháme tlučený cukr, přidáme lehce žloutky, krupičkovou mouku, strouhané lískové oříšky a přikapeme rozpuštěné vychladlé máslo. Těsto upečeme ve dvou máslem vymazaných, moukou vysypaných formách do růžova. Jeden plást (kruh) rozřízneme na 2 díly. První díl vložíme do suché dortové formy, potřeme jej připraveným krémem, na něj složíme z druhého plástu nakrájené kostečky a přilijeme zbytek krému. Nato přidáme druhý díl rozříznutého plástu, načež dort zatížíme a ve studenu necháme ztuhnouti do druhého dne. Druhý den potřeme dort meruňkovou zavařeninou a ozdobíme slazenou šlehanou smetanou.

Krém: ¼ *l* sladké smetany, 15 *dkg* cukru, 5 žloutků a vanilku dobře ušleháme, pak přistavíme kotlík do kastrolu s vařící vodou a necháme krém zahoustnouti, stále jím šlehajíce. Pak dáme krém vychladnouti, načež polijeme kostečky.

Na ozdobu: ¼ *l* šlehané smetany, 3 *dkg* cukru — 12 *dkg* meruňkové zavařeniny.

Rozpočet na těsto: 10 bílků - 25 *dkg* cukru - 10 žloutků - 5 *dkg* másla - 10 *dkg* oříšků - 18 *dkg* mouky - 3 *dkg* másla - 3 *dkg* mouky.

Smetanový dort s čokoládovou polevou.

Tlučený, prosátý cukr, žloutky, citronovou kůru a vanilku třeme v míse, až vše zhoustne. Poté přidáme tuhý sníh z bílků a krupičkovou mouku. Těsto rozetřeme do máslem vymazané, moukou vysypané formy a upečeme do růžova (½ hodiny). Vychladlý dort vyklopíme na síto jako každý dort a necháme jej na sítě prochladnouti do druhého dne. Druhý den dort svrchu asi na 1 *cm* seřízneme. (U dortu je vždy vrchní strana ta, která při pečení přiléhá k plechu.) Vnitřek opatrně vydlabeme, usušíme jej (upotřebíme ho jako piškotových drobečků do cukrovinek), dort vymažeme dobrou malinovou neb rybízovou zavařeninou, naplníme slazenou šlehanou smetanou, přiklopíme seříznutým těstem, načež dort polijeme čokoládovou polevou a když tato ztuhla, ozdobíme jej šlehanou smetanou.

Rozpočet: 15 *dkg* cukru - 6 žloutků - citronová kůra - vanilka - ze 6 bílků sníh - 15 *dkg* krupičkové mouky - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky na formu - 10 *dkg* rybíz. zavařeniny - ⅜ *l* šlehané smetany - 4 *dkg* cukru. — *Polevu* viz rozpočet str. 415!

Máslový bochníček.

(*Bomba.*)

Připravíme si piškotové těsto jako na smetanový dort s čokoládovou polevou, ale místo do dortové formy rozetřeme těsto na máslem vymazaný, moukou vysypaný plech asi 1 *cm* vysoko a v prostředně horké troubě je upečeme do růžova. Z pečeného, prochladlého těsta uřízneme úzký obdélník, ostatní větší díl pečeného těsta, dokud je ještě teplé, potřeme tence rybízovou zavařeninou a vložíme jej opatrně do čistého suchého malého kotlíčku (na sníh), nebo do zvláštní formy

na tento bochníček a v něm necháme těsto vychladnouti. Pak rozetřeme na těsto stejnoměrně čokoládový máslový krém a dáme do studena na led ztuhnouti, pak přidáme růžový krém, opět dáme ztuhnouti, načež bochníček doplníme žlutým krémem, na který položíme uříznutý obdélník, upravený tak, aby krém byl jím úplně přikrytý. Takto upravený bochníček převrátíme na prkénko a dáme do studena ztuhnouti. Potom jej zbavíme formy a povrch polijeme čokoládovou polevou a ozdobíme barevným krémem.

Krém: 35 *dkg* čajového másla umícháme do pěny, pak přidáme 35 *dkg* prosátého cukru (pudru), 1 žloutek a znovu umícháme. Těsto rozdělíme na 3 díly. Do prvního zamícháme 2 tabulky změklé čokolády, do druhého 3 kapky červ. bretonu a do třetího dílu přilijeme 1 lžíci bílého punče nebo rumu a trochu vanilky. Též můžeme přidati v cukru naložené, na nudle nakrájené ovoce.

Polevu čokoládovou si připravíme z 15 *dkg* cukru, $^3/_{16}$ *l* vody, ½ *dkg* másla a 9 *dkg* čokolády. (Viz Polevy str. 415!)

Rozpočet na těsto: 15 *dkg* cukru - 6 žloutků - citr. kůra - vanilka - ze 6 bílků sníh - 15 *dkg* krupičkové mouky - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky na plech - 5 *dkg* zavařeniny.

Velikonoční vejce se šlehanou smetanou.

Připravíme si piškotové těsto jako na smetanový dort s čokoládovou polevou (strana 409) a nalijeme je do malého, máslem vymazaného a moukou vysypaného kotlíčku a 1 hodinu pečeme v mírné troubě. Upečené těsto hned vyklopíme a dokud je teplé, upravíme z něho vejce, a to tak, že je na jedné straně širokou stuhou z plátna stiskneme a dáme do druhého dne vychladnouti. Potom stuhu odstraníme, rovnou stranu seřízneme a z vejce opatrně vykrojíme menší vejce, takže máme 2 půlky vajec, jednu dutou, druhou menší plnou. Dutou půlku povrchu polijeme čokoládovou polevou a necháme ji ztuhnouti. Potom ji převrátíme na mísu, uvnitř potřeme zavařeninou a naplníme barevným krémem jako bochníček. Nato přidáme ještě ušlehanou smetanu, na ni položíme seříznuté těsto, potřeme je šlehanou smetanou a do prostředka položíme druhou menší plnou půlku vajíčka, kterou jsme rovněž ozdobily slazenou šlehanou smetanou. Kolem této půlky postavíme malé piškoty a celé vejce pomocí kornoutu s hvězdičkovou trubičkou ozdobíme šlehanou smetanou. Potom je dáme na skleněnou mísu, vkusně papírem ozdobíme a podáváme je o velikonočních svátcích jako dort.

Krém si připravíme jako na bochníček z téhož rozpočtu, avšak rozdělíme jej na 2 díly. Jeden obarvíme 2 tabulkami změklé čokolády, druhý bretonem a přidáme 1 lžíci rumu. Místo třetího dílu ušleháme $^1/_8$ *l* šlehané smetany. Polevu umícháme z téhož rozpočtu jako na bochníček a na ozdobu si ušleháme ¼ *l* šlehané smetany a 3 *dkg* cukru. Piškoty si připravíme jako na dort Malakov z rozpočtu: 5 *dkg* cukru, 2 žloutky, vanilka, citronová kůra, ze 2 bílků sníh a 6 *dkg* mouky, ½ *dkg* cukru na posypání piškotů.

Toto vejce můžeme připraviti s kávovou polevou a kávovým máslovým krémem. (Viz Kávový dort, str. 391!)

Rozpočet: 15 *dkg* cukru - 6 žloutků - citr. kůra - vanilka - ze 6 bílků sníh - 15 *dkg* krupičkové mouky - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky na formu - 6 *dkg* zavařeniny.

Piškotový kbelíček.

Připravíme a upečeme piškotové těsto na máslem vymazaném a vysypaném plechu jako na piškotový závin (viz str. 291). Z upečeného studeného těsta vykrájíme čtyři stejně kulaté placky podle menší dortové formy neb kastrolu. Jednu položíme na plochou dortovou mísu, potřeme ji náplní, přidáme druhou, opět potřeme náplní, dáme třetí, potřeme ji opět, načež přiložíme poslední placku. Strany vzniklého dortíčku potřeme rovněž náplní a přilepíme po stranách postavené piškoty tak, aby dortík vypadal jako kbelíček. Potom zbylou náplň dáme do sáčku neb papírového kornoutu s trubičkou a na poslední náplní potřenou placku vystříkáme hubinky neb nudličky do kopečku. Povrch posypeme upraženými, loupanými sekanými mandlemi neb čokoládovou rýží. Kolem piškotů uvážeme stužku na konci vkusně ukončenou.

Náplň si připravíme z téhož návodu a rozpočtu jako na malý piškotový dort. (Viz Krém, strana 412!)

Příprava piškotů. Tlučený, prosátý cukr, žloutky třeme v míse bedlivě 20 minut. Poté zlehka přidáme z bílků sníh a suchou krupičkovou mouku. Hustou směs vložíme do papírového kornoutu s hladkou trubičkou a na plech papírem vyložený a lehce syrovým máslem potřený vystříkáme stejné piškoty, které povrchu posypeme tlučeným cukrem a dáme je na 3 hodiny na stůl. Když se utvoří na povrchu kůrčička, upečeme je v mírnější troubě do bledě růžova.

Rozpočet těsta na dortíčky viz Piškotový závin, str. 291!

Rozpočet těsta na piškoty: 15 *dkg* cukru - 6 žloutků - ze 6 bílků sníh a 18 *dkg* krupičkové mouky - ½ *dkg* másla - 1 *dkg* tlučeného cukru.

Malý čtverhranný dortíček.

Z upečeného piškotového těsta jako na máslový bochníček nakrájíme pět čtverců, aby postupně byl každý o 1 *cm* menší, potřeme je kávovým máslovým krémem, složíme na sebe, upravíme malý dortík nahoře užší, celý jej kolem potřeme kávovým krémem, posypeme sekanými, opraženými mandlemi nebo tlučeným griliášem. Povrchu dortík vkusně ozdobíme krémem pomocí kornoutu a hvězdičkovou trubičkou a zavařeným ovocem neb jen griliášem posypeme a dort upravíme na ozdobný papír na malou mísu neb papírový talíř.

Z téhož těsta můžeme vykrájeti kulaté placky, vždy asi o 1 *cm* menší, naplniti je čokoládovým krémem, načež celý dortík potřeme krémem a posypeme na tenké plátky nakrájenými, opraženými mandlemi a povrchu rovněž dortík ozdobíme. Tyto dortíky jsou velmi dobré a zdobí pěkně stůl.

Kávový krém: 25 *dkg* čajového másla dobře rozmícháme, přidáme 25 *dkg* cukru (pudru), 1 žloutek a 3 lžíce silné černé kávy (1 *dkg* pražené kávy), 5 zavařených višní, 4 *dkg* loupaných mandlí

do bledě růžova upražíme na pánvi. Griliáš viz Griliášové řezy. Čokoládový krém si upravíme jako kávový, avšak místo kávy rozetřeme do másla 2 tabulky změklé čokolády a 1 lžíci punče neb rumu.

Rozpočet na těsto: 10 *dkg* cukru - 4 žloutky - citr. kůra - vanilka - ze 4 bílků sníh - 10 *dkg* krupičkové mouky - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky na plech.

Makový dort.

(Makovec.)

Tlučený, prosátý cukr, žloutky, citronovou kůru, strouhanou čokoládu třeme v míse ½ hodiny, načež přimícháme lehce z citronu šťávu, tlučený hřebíček, tlučenou skořici, současně se sněhem přidáme jemně umletý mák a strouhané neloupané oříšky. Promíchanou hmotu vložíme do syrovým máslem vymazané a moukou vysypané dortové formy a dort pečeme zvolna ¾ hodiny. Upečený dort druhý den rozřízneme, potřeme zavařeninou, složíme na sebe, povrchu dort rovněž potřeme zavařeninou a polijeme čokoládovou neb citronovou polevou. (Viz Polevy, strana 415!)

Rozpočet: 14 *dkg* cukru - 6 žloutků - 3 *dkg* čokolády - kousek strouhané citr. kůry - z 1 citronu šťáva - 14 *dkg* oříšků - 2 tlučené hřebíčky - na špičku nože skořice - 14 *dkg* máku - ze 6 bílků sníh - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky na formu. — *Rozpočet na citronovou polevu:* 35 *dkg* pudrového cukru - 2 lžíce vařící vody - z ½ citronu šťáva. — *Rozpočet na čokoládovou polevu:* 20 *dkg* kusového cukru - ¼ *l* vody povařené na nitku, která se netrhá - 12 *dkg* čokolády a ½ *dkg* másla.

Piškotový dort s jablkovou nádivkou.

Připravíme si piškotové těsto jako na smetanový dort s čokoládovou polevou a upečeme z něho 2 stejné kulaté plásty v máslem vymazaných a moukou vysypaných dortových formách. Upečené plásty spojíme jablkovou nádivkou a polijeme rumovou polevou.

Nádivka: ¼ *kg* jablek udusíme v ⅛ *l* vody s 10 *dkg* cukru a šťávou z ½ citronu do měkka. Potom je prolisujeme žíněným sítem. V míse si umícháme do husta 7 *dkg* cukru, 2 žloutky a citronovou kůru, pak přimícháme prolisovaná jablka a 8 *dkg* neloupaných strouhaných mandlí nebo housky současně se sněhem z 1 bílku. Lehce promíchanou nádivkou naplníme dort.

Na polevu: 20 *dkg* cukru pudru, 1 lžíci vařící vody a podle potřeby rumu umícháme do husta.

Malý piškotový dort.

Tlučený, prosátý cukr, žloutky, 4 hořké strouhané mandle, z ½ citronu šťávu i kůru třeme v míse 20 minut. Poté přidáme z bílků tuhý sníh (do kterého jsme zašlehaly 2 *dkg* cukru), krupičkovou mouku a rozpuštěné, vychladlé máslo. Malou dortovou formu vymažeme syrovým máslem, vysypeme krupičnou moukou, těsto do ní rozetřeme a pečeme v troubě ¾ hodiny. Pečený studený dvakráte rozřízneme, naplníme krémem, načež dort povrchu i po stranách potřeme krémem.

Část krému dáme do kornoutu, který jest opatřen ozdobnou trubičkou a ozdobíme povrchu dort. Pak krém ještě ozdobíme zavařenými višněmi.

Krém: 3 celá vejce, 11 *dkg* cukru, tlučenou prosátou vanilku v kotlíku dobře ušleháme, načež postavíme kotlík do kastrolu s vařící vodou a šleháme metlou, až zhoustne. Pak jej na talíři necháme vychladnouti. V míse si umícháme 20 *dkg* čajového másla, přidáme 15 *dkg* pudrového cukru, znovu zamícháme, načež přidáme studený vařený krém, 1 lžíci rumu neb bílého punče a dobře vše promícháme.

Rozpočet: 6 žloutků - 20 *dkg* cukru - 4 hořké mandle - 5 *dkg* rozpuštěného vychl. másla - z ½ citr. šťáva i kůra - 6 bílků - 2 *dkg* cukru do sněhu - 20 *dkg* krupičkové mouky - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky na formu - zavařené višně.

Piškotový věnec.

V míse mícháme tlučený cukr, žloutky, vanilku, strouh. citr. kůru 25 minut. Pak přidáme lehce z bílků tuhý sníh současně s krupičkovou moukou, rozpuštěným, vychladlým máslem, očištěnými hrozinkami a loupanými sekanými mandlemi. Plechovou, věncovou formu vymažeme čerstvým máslem, vysypeme krupičkovou moukou, těsto do ní rozetřeme a upečeme v přiměřeně vytopené troubě do růžova. Upečený, prochladlý věnec vyklopíme a úplně studený potřeme slabě rybízovou neb malinovou zavařeninou a polijeme vařenou citronovou polevou. Nežli poleva úplně ztuhne, ozdobíme věnec zavařeným ovocem (višněmi a andělikou).

Poleva: kusový cukr, vodu, bramborový bílý syrup uvaříme na silnou nit (bublinu). Poté vše nalijeme do studenou vodou vylité mísy a stále mícháme, až začne poleva tuhnouti a zbělí. Pak tam přilijeme citronovou šťávu nebo bílý punč; zamícháme a rychle polevu uhladíme v horké vodě namočeným kulatým nožem na věnec.

Rozpočet na těsto: 14 *dkg* cukru - 10 žloutků - citr. kůra - vanilka - 6 bílků - 14 *dkg* krupič. mouky - 5 *dkg* hrozinek - 5 *dkg* mandlí - 3 *dkg* másla dovnitř - 2 *dkg* másla a 1 *dkg* mouky na formu - 15 *dkg* rybízové neb malinové zavařeniny. — *Rozpočet na polevu:* ¼ *kg* kusového cukru - ¼ *l* studené vody - ½ lžičky syrobu - z 1 citronu šťáva neb 1 lžíce bílého punče - zavařené ovoce.

Různé vařené krémy k plnění dortů a cukrovinek.

Ořechová nádivka do dortů.

Cukr, studenou vodu, ½ kávové lžíce bílého syrupu (koupíme jej u materialisty) dáme vařit do kastrolu. Při vaření odstraníme s cukru pěnu, aby byl čistý. Potom uvaříme cukr na silnou nitku. (Nitka se netrhá.) Takto povařený cukr nalijeme do misky vypláchnuté studenou vodou a mícháme tak dlouho, dokud nezbělí. Potom přilijeme umíchaný cukr do utřeného másla, načež přidáme buď strouhané vlašské ořechy neb oříšky, mandle neb rum neb punč. Nádivkou plníme dorty. Na př. brabantový, Libušin, piškotový a pod.

Rozpočet: ¼ *kg* cukru - ¼ *l* vody - ½ kávové lžíce bílého syrupu - 5 *dkg* ořechů - 15 *dkg* čajového másla - 1 lžíce punče neb rumu.

Zloutkový krém oříškový.

V kotlíku umícháme v syrovém mléce cukr, mouku, žloutky a vanilku. Pak dáme kotlík do vařící vody a metlou šleháme, až zhoustne. V mise si umícháme čajové máslo a cukr, přidáme studený krém a dobře vše zamícháme. Pak přisypeme do krému opražené strouhané lískové oříšky a naplníme jím oříškový dort neb řezy. Přidáme-li loupané strouhané mandle, máme krém mandlový, přidáme-li mleté vlašské ořechy, dostaneme krém ořechový. Taktéž můžeme zamíchati do krému různé v hustém cukru zavařené ovoce, nakrájené na kostečky a krém různě obarviti buď změklou čokoládou, nebo pro chuť přidáme punč neb rum.

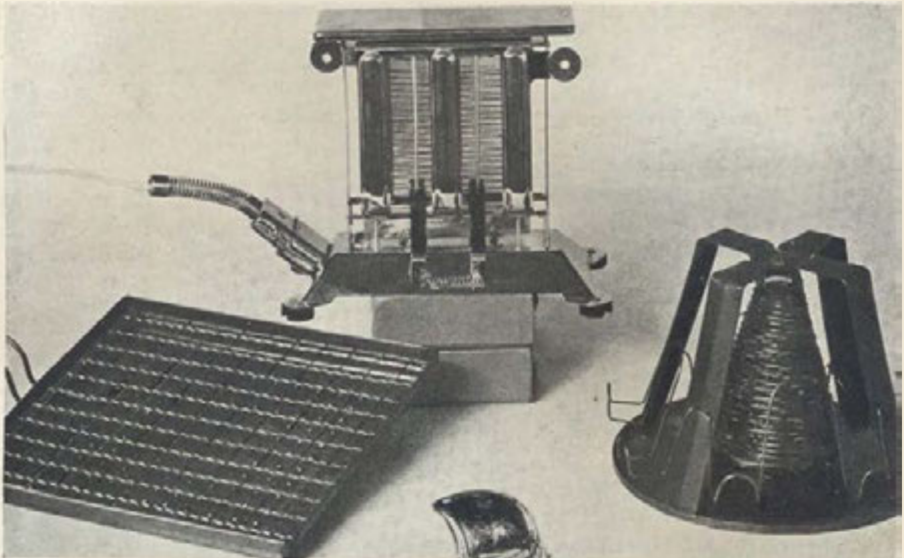
Rozpočet: ¼ *l* dobrého mléka neb smetany - 3 *cm* vanilky - 5 žloutků - 5 *dkg* cukru - 1½ *dkg* hladké mouky - 20 *dkg* čajového másla - 12 *dkg* pudrového cukru - 5 *dkg* lískových oříšků nebo 5 *dkg* vlašských ořechů - 5 *dkg* loupaných mandlí nebo 2 tab. změklé čokolády nebo 1 lžíce bílého punče neb rumu.



Patentní hrnec k rychlému vaření zn. Praga Expresso, nejnovější.



Ukázka různých druhů nádobí, smalt, hliník a nerez.



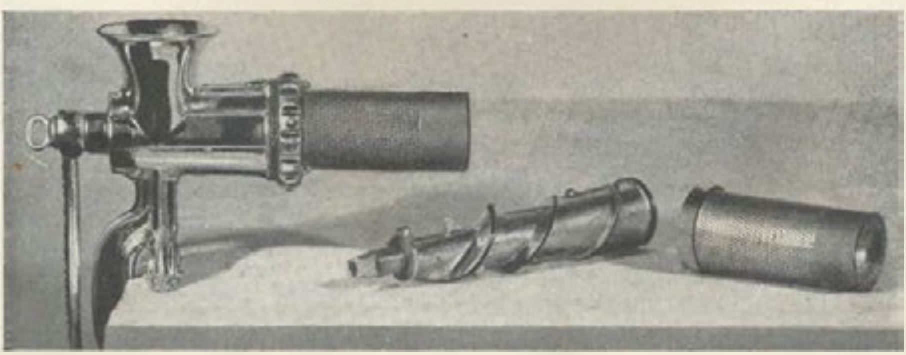
Opékače topinek.



Patentní hrnec k vaření mléka.



Přidržovač mís, patentní lis na brambory.



Patentní nástavec k lisování brambor a hrachu na jemné kaše. Brambory lisujeme se slupkou, která se středem vytlačuje z lisu.



XIV. POLEVY

Citronová poleva.

25 *dkg* prosátého pudrového cukru, 3 menší lžíce horké vody a 2 menší lžíce citronové šťávy třeme, až poleva zhoustne, načež ji nožem rozetřeme na dort a dáme ve studenu ztuhnouti. Tímto způsobem upravujeme i rumovou, punčovou a růžovou polevu. Místo citronu dáme příchuť nebo breton a příchuť.

Bílková poleva.

2 bílky, 20 *dkg* pudrového cukru a 2 lžičky citronové šťávy třeme, až poleva zhoustne. Hustou polevu rozetřeme na dort.

Vařená poleva I.

50 *dkg* kusového cukru svaříme v ½ litru vody s kávovou lžičkou octa na třetí stupeň. Svařený cukr vlijeme na studenou vodou opláchnutou misku, přidáme do něho ze 2 citronů šťávu a třeme. Jakmile cukr začne bělat, poléváme dort. Místo citronu můžeme přimíchat 3 lžíce silné černé kávy a máme kávovou vařenou polevu. Polevu uhladíme v horké vodě omočeným kulatým nožem.

Kávová poleva třená.

25 *dkg* pudrového cukru, asi 5 lžic silné černé vařící kávy třeme v míse, až poleva zhoustne. Pak hned polijeme dort a kulatým nožem namočeným v horké vodě polevu uhladíme.

Čokoládová poleva.

15 *dkg* kusového cukru a $^{3}/_{16}$ *l* vody povaříme na silnou nitku. ½ *dkg* másla a 9 *dkg* čokolády, 1 lžíci vody si dáme do hluboké misky rozehřáti, načež čokoládu s máslem umícháme a stále míchajíce přikapeme vařený horký cukr. Jakmile na okrajích misky poleva tuhne, nalijeme ji na dort a nožem, namoč. v horké vodě, po stranách uhladíme.

Vařená poleva II.

Kusový cukr, studenou vodu a lžičku bílého syrupu povaříme na plotně na silnou nit. Mezi vařením pěnu stále sbíráme. Potom cukr nalijeme do vodou opláchnuté misky a mícháme jím, až úplně zhoustne a zbělí. Pak přilijeme do polevy buď bílý punč, nebo na rumovou polevu rum, na kávovou 4 lžíce černé kávy, neb na citronovou polevu 5 lžic citronové šťávy, na pomerančovou 5 lžic pomerančové šťávy, na růžovou 4 kapky červeného bretonu a 4 lžíce punče, na čokoládovou 2 tabulky změklé čokolády a asi 2 lžíce horké vody. Kdyby byla poleva příliš hustá, necháme ji na okraji plotny rozehřáti nebo do ní přilijeme trochu horké vody. Bílou vařenou polevu můžeme míti v zásobě a před upotřebením ji zředíme neb nahřejeme a pak teprve ji upravíme buď s kávou, rumem, citronem a pod.

Rozpočet: 50 *dkg* **cukru - ½ *l* vody - 1 lžička bílého syrupu a podle potřeby buď horké kávy - citronové šťávy a pod.**

Příprava polevy z čokoládové máčecí hmoty.

25 *dkg* čokoládové máčecí hmoty rozsekáme na malé kousky, načež ji rozehřejeme v hrnečku, který postavíme do kastrolu s vodou na plotnu. Když čokoláda se rozehřeje, dobře umícháme do vychladnutí, znovu ohřejeme, umícháme a polijeme hned dort neb cukrovinku. Je-li hmota hustá, přidáme do ní 3 *dkg* kakaového másla, umícháme na plotně a hned polijeme dort. Tato poleva jest velmi chutná, protože není přeslazená.

Poleva z kakaového prášku.

Máslo utřeme s kakaovým práškem, načež stále míchajíce přikapáváme na nitku s vodou svařený cukr. Jakmile poleva na okraji misky tuhne, ihned poléváme dort neb cukrovinky.

Rozpočet: 5 *dkg* čajového másla - 1 *dkg* kakaa - 10 *dkg* kusového cukru - ⅛ *l* vody.

Poleva na drobné cukrovinky.

Do mísy dáme čokoládu a kakaové máslo neb bílý tvrdý tuk a vložíme vše do mírně vyhřáté trouby. Rozehřátou čokoládu s tukem umícháme do vychladnutí, načež dáme polevu opět ohřáti, a to jen tak, aby se mísa ohřála a poleva nikoliv. Potom polevu znovu umícháme do vychladnutí. Umíchanou polevou poléváme různé drobné cukrovinky. (Mandlové švestky, bombičky, pralinky a pod.)

Rozpočet: ⅛ *kg* čokolády - 5 *dkg* kakaového másla.

Poleva z kakaa a čokolády.

Máslo utřeme s kakaem, přidáme v troubě změklou čokoládu a stále míchajíce přikapeme na nitku svařený kostkový cukr. Úplně hladkou polevou poléváme dorty neb cukrovinky.

Rozpočet: 3 *dkg* kakaa - 1 *dkg* másla - 16 *dkg* čokolády - 35 *dkg* kostkového cukru - ⅛ *l* vody.

Mramorová poleva.

Pudrový prosátý cukr, bílek, citronovou šťávu dobře umícháme, aby byla poleva patřičně hustá a lesklá. Umíchanou polevu rozetřeme na dort neb cukrovinku. Pak polevu pokapeme dobře rozehřátou čokoládou s trochu vody a špejlí neb špikovací jehlou rychle mřížkujeme, takže poleva vyhlíží jako žíhaný mramor.

Rozpočet: 15 *dkg* pudrového cukru - 1 bílek - kávová lžička citronové šťávy - 2 *dkg* čokolády - ½ kávové lžičky vody na rozehřátí čokolády.

Punčová poleva.

Pudrový cukr, vařící vodu a bílý punč třeme 20 minut. (Až poleva zhoustne.) Pak rychle polejeme dort neb cukrovinku.

Rozpočet: 30 *dkg* cukru - 1½ lžíce vařící vody - 4—5 lžic punče.

Rumová poleva.

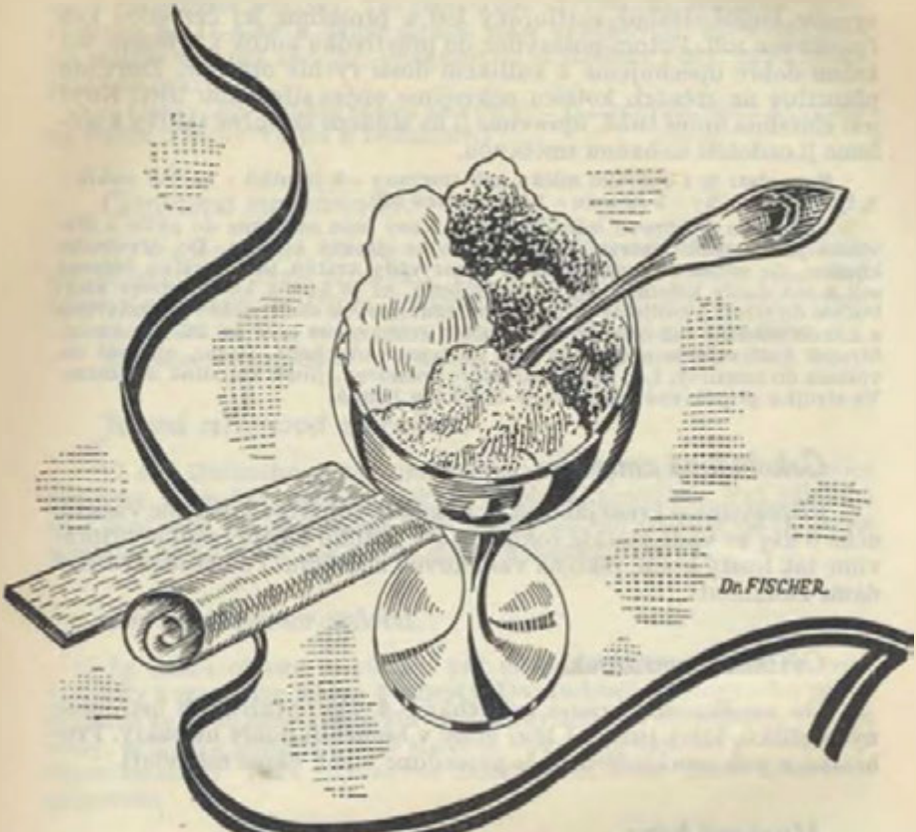
Rumovou anebo maraschinovou polevu připravujeme právě tak jako polevu punčovou.

Rozpočet: 30 *dkg* pudrového cukru - 1½ lžíce vody - 4—5 lžic rumu nebo maraschina.

Žloutková poleva.

Kostkový cukr a vodu povaříme na nitku. Čerstvé žloutky, jemný pudrový cukr třeme v mise 15 minut. Pak stále míchajíce přikapeme vařený teplý cukr. Poté ihned polijeme dort neb cukrovinky.

Rozpočet: 7 *dkg* cukru - 4 lžíce vody. *Na tření:* 4 žloutky - 8 *dkg* pudrového cukru. Cukrovinky a dorty polité žloutkovou polevou můžeme posypati a ozdobiti loupanými, sekanými anebo nakrájenými pistaciemi. (Zelené mandle 2 *dkg*.)



XV. ZMRZLINY, KRÉMY A PĚNY

Vanilková zmrzlina.

V kotlíku na sníh umícháme neb ušleháme metlou ve sladké smetaně nebo mléce žloutky, cukr a ½ tyčinky po délce rozříznuté vanilky. Pak dáme vše s kotlíkem do kastrolu s vařící vodou a stále krémem šlehajíce zahřejeme jej, až v tekutině omočená vařečka se potáhne silnější vrstvou (vařiti se nesmí, neboť by se srazila). Hotovou směs procedíme, řádně ve studené vodě vychladíme a pak teprve dáme do strojku mraziti. Když nemáme strojku, připravíme si dřez, do něho na-

sypeme hodně drobně roztlučený led a prosolíme jej červenou neb čpavkovou solí. Potom postavíme do prostředka kotlík s krémem, led kolem dobře upěchujeme a kotlíkem dosti rychle otáčíme. Zmrzlinu přimrzlou na stěnách kotlíku odkrojime občas dřevěnou lžicí. Když jest zmrzlina úplně tuhá, upravíme ji na studené skleněné talířky a můžeme ji ozdobiti šlehanou smetanou.

Rozpočet: ½ *l* dobrého mléka neb smetany - 5 žloutků - 12 *dkg* cukru - ½ tyčinky vanilky - 5 *kg* ledu - ½ *kg* červené soli.

Poznámka: Přípravu ledu do stroje. Kusy ledu zabalíme do pytle a dřevěnou palicí nebo sekerou jej utlučeme na drobné kousky. Do dřevěného kbelíku, do něhož se postaví stroj, dáme vždy vrstvu ledu, vrstvu červené soli a led dobře kolem strojku upěchujeme, až je kbelík kolem stroje plný. Potom do strojku nalijeme připravenou zmrzlinovou směs, dobře jej uzavřeme a klikou otáčíme tak dlouho, až zmrzlina ztuhne, což trvá asi 20—25 minut. Strojek čistě otřeme utěrkou a pak jej teprve otevřeme. Pozor, aby sůl nevnikala do zmrzliny. Led musí býti dobře prosolený, jinak zmrzlina nezmrzne. Ve strojku připravená zmrzlina je hladká a jemná.

Čokoládová zmrzlina.

Připravíme si krém jako na vanilkovou zmrzlinu, přidáme však do něho 6 *dkg* ve vodě změklé čokolády a v kotlíku s vařící vodou připravíme tak hustý krém, jako na vanilkovou zmrzlinu. Pak studený krém dáme zmrznouti.

Oříšková zmrzlina.

Do vanilkového krému zamícháme 4 *dkg* opražených ustrouhaných oříšků, které jsme s 1 lžicí vody v hmoždíři dobře utloukly. Prohřátou a pak prochladlou směs procedíme a pak dáme mrznouti.

Mražená káva.

Připravíme si krém jako na vanilkovou zmrzlinu, načež do něho přilijeme $^1/_8$ *l* silné studené černé kávy, kterou si připravíme ze 3 *dkg* pražené kávy a ¼ *l* vody. Procedíme ji, přidáme do krému a mrazíme jako vanilkovou zmrzlinu. Ve skleničkách ji ozdobíme šlehanou smetanou (¼ *l* šlehané smetany na ozdobu).

Rozpočet: ½ *l* smetany neb dobrého mléka - 5 žloutků - 14 *dkg* cukru - 3 *cm* vanilky - 3 *dkg* kávy - ¼ *l* vody.

Ovocné zmrzliny.

Citronová zmrzlina I.

Do ½ *l* vařeného cukru na 25° přidáme ¼ *l* citronové šťávy, z 1 citronu jemně ustrouhanou kůru. Směs na plotně malou chvíli, asi 2 minuty, povaříme, pak zašleháme do tekutiny 1 bílek a 3 listy v 1 lžici

vody rozpuštěné želatiny. Vše procedíme ubrouskem, zmrzlinu vahou změříme na 18—20° a dáme mrazit jako vanilkovou. Má-li zmrzlina při měření více než 18—20°, přilijeme do ní studené vody, má-li méně, přidáme cukru.

½ *l* vody, 30—40 *dkg* cukru na svaření. (Cukrovou váhu koupíme na Poříčí u firmy Vydra a Bohuslav.)

Citronová zmrzlina II.

¼ *l* studené vody, 30 *dkg* cukru a ¼ *l* citronové šťávy promícháme, procedíme a dáme mrznouti. Tak si připravíme jahodovou, rybízovou a malinovou zmrzlinu. Ovoce dříve vymačkáme a pak odměříme.

Rozpočet I.: z ½ *kg* ovoce jest ¼ *l* šťávy - 5 citronů na ½ litru šťávy.

Rozpočet II.: 10 citronů - 1 ½ *l* vody a asi 30 *dkg* tlučeného cukru.

Jemná citronová zmrzlina.

17 *dkg* tlučeného cukru umícháme se 4 vejci, pak stále šlehajíce přilijeme ½ *l* vařící smetany a chvíli na plotně povaříme. Pak přidáme na 2 kostkách cukru otřenou kůru a ze 3 malých citronů šťávu. Směs necháme chvíli státi, pak ji procedíme a dáme mrznouti.

Zmrzlina pomorančová.

¼ *kg* cukru otřeme o kůru z půl citronu. Pak nalijeme na cukr ¼ *l* vody a povaříme jej jen 4 minuty. Do studeného povařeného cukru přidáme ze dvou pomorančů šťávu, 4 lístky želatiny rozpuštěné v 1 lžíci vody, přilijeme ještě ¼ *l* čisté studené vody, zamícháme, procedíme a dáme mrznout. Také citronovou zmrzlinu můžeme tímto způsobem připraviti.

Zmrzlina jahodová.

¼ *l* vody, 30 *dkg* tluč. kostkového cukru povaříme 4 minuty. Pak přidáme ³/₈ *l* šťávy z lesních jahod, z ½ citronu šťávu, 2 lístky rozpuštěné želatiny a ³/₈ *l* studené čisté vody. Vše procedíme, obarvíme, několika kapkami červeného bretonu a dáme mrazit. Tímto způsobem připravíme si i malinovou zmrzlinu. Podobně připravujeme všechny ovocné zmrzliny.

Malinová zmrzlina.

Čerstvé lesní maliny prolisujeme žíněným sítem. Na ½ *l* prolisované šťávy dáme ½ *l* studené vody, z ½ citronu šťávu, 25 *dkg* cukru a 3 lístky bílé želatiny. Směs promícháme, na plotně necháme přejít jeden var a ihned ji s plotny odstraníme (déle se vařit nesmí). Pak ji procedíme, obarvíme bretonem a úplně studenou dáme do stroje mrznout. Takto si připravíme i zmrzlinu rybízovou, jahodovou, višňo-

vou a z hodně zralých meruněk. Meruňky můžeme dříve trochu rozvařiti a pak prolisovati.

Zmrzlina z malinové šťávy.

Sladkou malinovou šťávu, studenou vodu, citronovou šťávu dobře promícháme, dáme vše do kotlíku, stále jím otáčejíce mrazíme zmrzlinu v jemně utlučeném a osoleném ledě. Při mrznutí ji občas promícháme dřevěnou lžící. Tuhou zmrzlinu upravíme na studené skleněné talířky a ozdobíme ji šlehanou smetanou. Tuto zmrzlinu můžeme připraviti též z prolisovaných malin neb jahod, ale i z jiného ovoce.

Rozpočet: ¼ *l* malinové sladké šťávy - ½—¾ *l* studené vody - z ½ citronu šťáva. Na ¼ *l* prolisované šťávy - ¾ *l* vody - ze ¼ citronu šťávy a podle chuti tlučeného cukru - 5 *kg* ledu - ½ *kg* červené soli.

Malinová zmrzlina se smetanou.

Čerstvé lesní maliny prolisujeme, načež je odměříme, do ½ litru šťávy přidáme ¼ *kg* cukru, ½ litru studené svařené smetany a šťávu z ½ citronu. Vše zamícháme, procedíme a dáme do stroje neb kotlíku umrznout. Právě tak připravujeme i jahodovou zmrzlinu neb zmrzlinu míchanou z jahod a malin.

Rozpočet: Z 1 *kg* malin jest ½ *l* šťávy.

Zavařené šťávy na ovocné zmrzliny.

Do ½ *l* prolisované šťávy z jahod neb malin, rybízu, meruněk zamícháme 15 *dkg* cukru. Vše povaříme a tvořící se pěnu dřevěnou lžící dobře odstraníme. Vaříme jen tak dlouho, dokud se tvoří pěna, kterou odstraníme všechny kvasivé látky. Pak nalijeme ještě horkou šťávu do ohřátých silných lahví a dáme vychladnouti. Láhve zazátkujeme čistými rozpařenými korky, načež ponoříme hrdlo láhve do roztavené bednářské smůly, a to tak, aby korek i hrdlo byly smolou dobře ukryty. Potom láhve ve studenu uložíme.

Druhý způsob: do 1¼ *kg* odvážené syrové šťávy malinové neb rybízové, meruňkové atd. přidáme $^1/_{16}$ *l* čistého lihu, lžíci salicylového prášku, dobře promícháme, dáme do lahvi, zazátkujeme je, zatmelíme bednářskou smolou a ve studenu uložíme. Meruňky dříve bez vody rozvaříme a pak lisujeme.

Studený ananasový krém (studený dort).

Šlehanou smetanu ušleháme na hustou pěnu, pak do ní lehce zamícháme moučkový prosátý cukr, prolisovaný neb nakrájený ananas a ve 2 lžicích vlažné vody rozředěnou želatinu. Lehce vše promícháme a dáme do plechové, vodou vypláchnuté, cukrem vysypané formy. Uzavřeme ji, zatmelíme umělým máslem, zabalíme celou formu do pergamenového papíru a pak ji zahrabeme do drobně utlučeného prosoleného ledu a dáme mrznout na 2—3 hodiny. Pak formu otřeme utěrkou, opatrně otevřeme, vyklopíme na misu, ozdobíme malými piškoty (viz Malakov dort), ušlehanou smetanou a nakrájeným ananasem.

Forma na studené krémy jest cínová, buď čtverhranná neb kulatá, která se na obou stranách otvírá. Je to vlastně plechová krabice. Vylévá se vodou a vysype tluč. cukrem, neb se vytře mandlovým olejem.

Rozpočet: ½ *l* šleh. smetany - 12 *dkg* ananasu - 10 *dkg* cukru - 3 lístky želatiny - 2 lžíce vlahé vody - 2 *dkg* cukru na formu - ¼ *l* šleh. smetany na ozdobu - 2 *dkg* cukru - 10 *dkg* ananasu - 5 *kg* ledu - ½ *kg* čpavkové soli neb červené soli.

Jahodový krém I.

V kotlíku na sníh dobře ušleháme sladkou smetanu, bramborovou moučku, žloutky, cukr. prolisované zahradní jahody, citronovou šťávu a malinovou zavařeninu. Nádobu postavíme do kastrolu s vroucí vodou a na plotně šleháme až krém mírně zhoustne. Pak do něho přilijeme želatinu, rozpuštěnou ve vroucí vodě (jen rozehřát, vařiti se želatina nesmí), načež krém stále míchajíce dáme vychladnouti. Do zchladlého krému zvolna vmícháme ušlehanou smetanu a tuhý sníh z bílků. Krém rozdělíme do šampaňských kalíšků (skleniček) a dáme mrazit 2—3 hodiny k ledu. Mražený krém ozdobíme povrchu čepičkou ze šlehané smetany a očištěnou zahradní jahodou.

Místo do skleniček můžeme krém rozděliti do malých plechových formiček na krémy studenou vodou vypláchnutých, nebo do formy na biskupský chlebíček a dáme do ledu mrazit na 2—3 hod. Z formiček vyklopíme (nejlépe podržíme-li je vteřinu nad vroucí vodou) na piškotový plátek (viz Studená rýže nebo krupice s malinovou šťávou str. 426) nebo vyklopený krém z formy na chlebíček nakrájíme na řezy a položíme na piškotový řez, ozdobíme ovocem a šlehanou smetanou.

Piškotové těsto viz Studená rýže.

Právě tak připravujeme ananasový krém bez malinové zavařeniny a malinový krém bez citronu.

Rozpočet pro 5 osob: ¼ *l* smetany - 12 *dkg* tlučeného cukru - 3 žloutky - na špičku kávové lžičky bramborové moučky - 2 lístky želatiny - 3 lžíce vroucí vody - 25 *dkg* lisovaných jahod nebo malin - 2 *dkg* malinové zavařeniny - 1 citron - ⅛ *l* šlehané smetany - ze 2 bílků sníh. *Na ozdobu:* ⅛ *l* šlehané smetany - 1 *dkg* cukru - 10 *dkg* jahod.

Jahodový krém II.

Připravíme jej jako ananasový, avšak místo ananasu prolisujeme do ušlehané smetany 15 *dkg* lesních neb zahradních jahod a červený breton. Potom upravíme krém jako ananasový. Zdobíme jej na mise jahodami. V zimě ozdobíme krém zavařenými jahodami a do smetany prolisujeme rovněž zavařené jahody. Místo prolisovaných jahod můžeme zamíchati do smetany celé lesní jahody.

Rozpočet: ½ *l* šlehané smetany, 12 *dkg* jemného cukru, 4 kapky bretonu, 15 *dkg* jahod, 3 lístky želatiny, 1 lžíce vlahé vody, ¼ litru šlehané smetany na ozdobu, 2 *dkg* cukru do ní, 2 *dkg* cukru do formy.

Malinový krém (bomba).

Připravíme si z ⅛ *l* neslazené malinové šťávy, ⅛ *l* vody, ze 6 *dkg* cukru, 2 lístků želatiny a ze ¼ citronu šťávy polo umrzlou malinovou

zmrzlinu. Do toho lehce promícháme ½ *l* ušlehané smetany, 3 *dkg* cukru, načež přidáme 5 *dkg* lesních očištěných malin (v zimě zavařené). Promíchanou směs dáme do formy vodou vylité, cukrem vysypané, načež ji zabalíme do pergamenového papíru, zahrabeme do prosoleného ledu a dáme na 2—3 hodiny mrazit. Potom formu vyndáme, zbavíme papíru, vnoříme s formou na vteřinu do vlahé vody, vyklopíme na skleněnou mísu, ozdobíme malinami a hned podáváme. Takto můžeme připraviti z rybízové zmrzliny rybízový krém, do kterého místo rybízu nakrájíme rybízový rosol a z jahodové zmrzliny jahodový krém, který zdobíme jahodami.

Pomorančový krém.

Do porcelánového hrnku nebo do kotlíku na sníh nalijeme sladkou smetanu nebo mléko, přidáme žloutky, cukr, pomorančovou i citronovou šťávu a ostrouhanou pomorančovou kůru. Nádobu postavíme do kastrolu s vařící vodou a šleháme až krém mírně zhoustne. Poté do něho přilijeme želatinu, rozpuštěnou ve vařící vodě (jen rozehřát, vařiti se želatina nesmí), načež krém stále míchajíce dáme vychladnouti. Do zchladlého krému zvolna vmícháme ušlehanou smetanu a tuhý sníh z bílků. Hotový krém rozdělíme do šampaňských skleniček a dáme mrazit 2—3 hod. k ledu. Mražený krém povrchu ozdobíme půlměsíčkem pomoranče a čepičkou se šlehané smetany a podáváme.

Rozpočet pro 5 osob: ¼ *l* smetany - 10 *dkg* cukru - 3 žloutky - ze 2 pomorančů a ½ citronu šťáva - z ½ pomoranče kůra - 2 lístky želatiny - 3 lžíce vroucí vody - ⅛ *l* ušlehané smetany - ze 2 bílků sníh. *Na ozdobu:* ⅛ *l* šlehané smetany - 1 *dkg* cukru - 1 pomoranč.

Vanilkový krém.

V kotlíku ve sladké smetaně rozmícháme žloutky, cukr a celou vanilku. Pak postavíme kotlík do kastrolu s vařící vodou a krémem šleháme, až zhoustne. Potom jej dáme vychladnouti nebo kotlík s obsahem postavíme do kastrolu se studenou vodou. Do krému zamícháme ve 3 lžících vlažné vody rozehřátou želatinu a ušlehanou hustou smetanu. Formu jako na ananasový krém vytřeme mandlovým olejem neb vylijeme vodou, vysypeme jemným cukrem, naplníme asi do ¾ připraveným krémem, uzavřeme, umělým máslem obě víčka zatmelíme, zabalíme do pergamenového papíru a formu zahrabeme do prosoleného ledu a necháme 2—3 hodiny mrznout. Vyklopený krém zdobíme na míse piškoty a šlehanou smetanou.

Přidáme-li před umrznutím do krému 5 *dkg* opražených ustrouhaných lískových oříšků, je to krém oříškový, nebo přidáme-li 5 *dkg* sekaných vlašských ořechů, máme krém ořechový. V létě ozdobíme krém malinami neb jahodami.

Rozpočet: ¼ *l* sladké smetany - 5 velkých žloutků - 10 *dkg* cukru - 3 *cm* vanilky - 5 tabulek želatiny - 3 lžíce vody - ¼ *l* šlehané smetany dovnitř - 1 *dkg* mandlového oleje neb 2 *dkg* cukru na formu - ⅛ *l* šlehané smetany na ozdobu - 2 *dkg* cukru.

Čokoládový krém.

Ve sladké smetaně umícháme si v kotlíku žloutky, cukr a vanilku. Pak postavíme kotlík do vařící vody a šleháme metlou, až zhoustne. Pak do prochladlého zamícháme strouhanou čokoládu a stále míchajice necháme krém úplně vychladnouti. Do studeného zamícháme ve 3 lžicích vlažné vody rozehřátou želatinu a ušlehanou smetanu. Potom krém nalijeme do formy olejem vytřené neb vodou vypláchnuté a cukrem vysypané, uzavřeme formu, zatmelíme ji umělým máslem, zahrabeme ji do utlučeného, prosoleného ledu a necháme mrazit 2—3 hodiny. Potom krém vyklopíme, ozdobíme ušlehanou smetanou neb sněhovými hubinkami.

Rozpočet: ¼ *l* sladké smetany - 6 žloutků - 12 *dkg* cukru - 3 *cm* vcelku vanilky - 12 *dkg* čokolády - ½ *l* šlehané smetany - 2½ *dkg* želatiny - 6 lžic vody - ¼ *l* šlehané smetany na ozdobu - 1 *dkg* oleje na formu neb 2 *dkg* cukru.

Kávový krém I.

Připravíme si vanilkový krém, do kterého zamícháme ½ litru silného odvaru černé kávy, a když krém vychladne, přidáme šlehanou smetanu, načež jej dáme mrazit do prosoleného ledu jako ostatní krémy. (4 *dkg* pražené kávy na odvar.)

Kávový krém II.

Do ¼ *l* ušlehané smetany lehce zamícháme cukr, tlučenou vanilku, ⅛ *l* studené silné černé kávy a naposled ve 2 lžících vlahé vody rozpuštěnou želatinu. Formu vypláchneme studenou vodou, vysypeme cukrem neb vymažeme olejem, naplníme směsí, uzavřeme, zatmelime a dáme do prosoleného ledu 2—3 hod. mrazit. Potom vyklopený krém vkusně ozdobíme šlehanou smetanou.

Rozpočet: ¼ *l* šlehané smetany - ⅛ *l* černé kávy (4 *dkg* kávy) - 6 *dkg* moučkového cukru - vanilka - 1½ *dkg* želatiny - 2 *dkg* cukru na formu - ¼ *l* šlehané smetany na ozdobu.

Flameri.

V hrnci rozehřejeme čokoládu a umícháme ji. Pak do ní nalijeme mléko, povaříme a stále krémem míchajice přisypeme krupici, zrnko soli, cukr a tlučenou vanilku. Takto si připravíme kaši, načež do horké lehce zamícháme opražené strouhané oříšky, žloutky a z bílků sníh. Formu vypláchneme vodou, vysypeme cukrem, naplníme směsí, uzavřeme jako ostatní krémy a dáme mrazit na 3 hod. do prosoleného ledu. Potom krém vyklopíme na skleněnou mísu a ozdobíme šlehanou smetanou, višněmi neb jahodami.

Rozpočet: ¾ *l* mléka - 8 *dkg* čokolády - 5 *dkg* cukru - zrnko soli - 2 *cm* vanilky - 15 *dkg* krupice - 2 žloutky - 4 *dkg* oříšků - ze 2 bílků sníh - 2 *dkg* cukru na formu - ¼ *l* šlehané smetany - 3 *dkg* cukru na ozdobu - 15 *dkg* višní neb jahod.

Flameri s meruňkovou pěnou.

Dobrou čokoládu v kastrolu rozehřejeme, umícháme, přilijeme mléko a přivedeme do varu. Poté stále míchajíce mírně osolíme, přidáme tlučený cukr, vanilku, krupici a umícháme na plotně hladkou kaši. Do teplé kaše lehce zamícháme tuhý sníh z bílků. Plechové formičky na indiánky nebo malé skleničky vypláchneme studenou vodou, naplníme krupicovým krémem a dáme na 2 hodiny mrazit. Z formiček vyklopíme na piškotový plátek v průměru spodku krému. Takto upravené flameri složíme na skleněnou mísu, načež povrch a kolem ozdobíme hustou meruňkovou pěnou a podáváme.

Místo pěnou můžeme flameri ozdobiti ušlehanou oslazenou smetanou a ovocem (jahodami, višněmi, pomerančem, vinnými zrnky a pod.).

Meruňková pěna ze suchých meruněk: Suché meruňky zalijeme jen trochu vodou a uvaříme do měkka. Pak je sítem prolisujeme do mísy, přidáme jemný cukr, bílek, citronovou šťávu a šlehací metlou nebo čistou vařečkou tak dlouho šleháme, až pěna zhoustne a zbělí. Hotovou pěnu dáme na chvíli k ledu, načež ji vložíme do sáčku s ozdobnou trubičkou a zdobíme moučník.

Rozpočet pro 5 osob: 10 *dkg* čokolády - ¾ *l* mléka - na špičku nože soli - 6 *dkg* cukru - 2 *cm* vanilky - 12 *dkg* krupice - ze 3 bílků sníh.

Rozpočet na pěnu: 10 *dkg* suchých meruněk - 10 *dkg* cukru - 2 bílky - ze ¼ citronu šťáva. Místo pěny ¼ *l* šlehané smetany a 3 *dkg* cukru a 25 *dkg* čerstvého ovoce.

Studená rýže nebo krupice s malinovou šťávou.

(*Pro děti.*)

Přebranou rýži vypereme, spaříme, zalijeme studeným mlékem, mírně osolíme, přidáme utlučenou vanilku, tlučený cukr a stále míchajíce uvaříme kaši a dáme vychladnouti. Do úplně studené kaše přimícháme želatinu ve 3 lžičkách horké vody rozpuštěnou, loupané mleté mandle (v létě dáme místo mandlí maliny, jahody a pod.) a ušlehanou smetanu. Věncovou formu nebo malé plechové nádobky (formičky jako na větší indiánky) vypláchneme studenou vodou, vtlačíme do ní smíchanou kaši a dáme do studena nebo k ledu na 6 hodin. Studenou kaši vyklopíme na mísu (z formiček vyklopíme na piškotový plátek v průměru spodku kaše), povrch polijeme malinovou šťávou nebo ozdobíme ušlehanou smetanou a ovocem.

Právě tak upravujeme kaši krupicovou.

Piškotové těsto: prosátý tlučený cukr, žloutky, citronovou kůru, tlučenou vanilku třeme v míse 15 minut. Poté přidáme prosátou krupičkovou mouku a z bílků tuhý sníh. Plech potřeme syrovým máslem, posypeme moukou, těsto na něj rozetřeme na ½ *cm* silně a rychle upečeme. Upečené studené nakrájíme na kolečka v průměru spodku kaše.

Rozpočet pro 5 osob: 20 *dkg* rýže nebo krupice - 1 ½ *l* mléka - 2 *cm* vanilky - 3 lístky želatiny - 3 lžičky vody - 10 *dkg* cukru - 5 *dkg* mandlí nebo 10 *dkg* ovoce - ⅛ *l* šlehané smetany dovnitř - ¼ *l* malinové šťávy nebo ⅛ *l* šlehané smetany. *Na piškotové těsto:* 5 *dkg* cukru - 2 žloutky - citron. kůra - 2 bílky na sníh - 5 *dkg* mouky - 1 *dkg* másla - 1 *dkg* mouky.

Košíčky z pomorančů plněné ovocem.

Pěkné pomoranče upravíme na košíčky, nožem neb ostrou lžičkou vnitřek vydlabeme. Pak košíčky naplníme různým nakrájeným ovocem a ozdobíme je šlehanou smetanou. Naplněné pomoranče složíme na skleněnou mísu papírovou krajkou vyloženou a podáváme jako ovocný desert.

Ovoce: 1 oloupaná hruška — loupaný banán — loupané jablko — dílky očištěného pomoranče, 5 *dkg* očištěných datlí pecek zbavených (místo pecky dáme loupanou mandli), 3 *dkg* ořechů, vše nakrájíme na nudličky neb kostečky, promícháme tluč. cukrem, pomerančovou šťávou z vydlabaných pomorančů a naplníme košíčky a ozdobíme je šlehanou smetanou.

Rozpočet pro 5 osob: 5 pomorančů - ¼ *l* šlehané smetany - 2—3 *dkg* pudrového cukru.

Příprava šlehané smetany.

Hodně studenou smetanu šlehačku nalijeme do studeného kotlíku neb mísy. Hned do ní nasypeme prosátý pudrový cukr a šleháme nejdříve rychle, ale stejnoměrně. Jakmile začne smetana houstnouti, šleháme ji zvolna a opatrně, aby se nesrazila. V létě šleháme smetanu ve studené místnosti neb na utlučeném osoleném ledě, nebo můžeme přidati do smetany při šlehání kousek čistého ledu. Ušlehanou smetanu, dokud nepotřebujeme, dejme do studené místnosti.

Rozpočet pro 5 osob: ½ *l* šlehané smetany - 5—6 *dkg* pudrového cukru - 4 *dkg* ledu do smetany v létě.

Šlehaná smetana se sněhem.

Šlehanou smetanu nalijeme do čistého studeného kotlíku a šleháme ji metlou ve studenu neb na ledě nejdříve rychlejším pohybem a jakmile začne houstnouti, přidáme cukr a ušleháme ji, až přiměřeně zhoustne. Pak do ní lehce zamícháme z bílků tuhý sníh, do kterého jsme dříve lehce vařečkou zamíchaly tlučený prosátý cukr a tlučenou prosátou vanilku. Takto upravenou smetanou zdobíme cukrovinky, dorty, linecké košíčky a pod. Tato úprava smetany je levnější a pak není smetana příliš tučná.

Rozpočet: ¼ *l* šlehané smetany - 2 *dkg* pudru cukru - ze 3 bílků sníh - 12 *dkg* tlučeného cukru do sněhu a na špičku nože vanilky.

Čokoládová smetana.

Šlehanou syrovou studenou smetanu smícháme se změklou čokoládou, dáme na plotnu a přivedeme jen k varu, déle se vařiti smetana nesmí. Poté ji dáme do studena neb na led vychladnouti do druhého dne. Potom smetanu nalijeme do kotlíku a ušleháme ji do husta. Hustou smetanou potřeme polovinu upečeného čokoládového těsta (viz Čokol. kostky, str. 358), druhou polovinu pečeného těsta nakrájíme na

kostky, polijeme je čokoládovou polevou z máčecí hmoty (viz str. 416), a když poleva oschla, složíme polité kostky na upravenou smetanu a podle nich dokrájíme kostky. Nebo upečeme z lineckého těsta vykrájené koláčky (viz Linecké koláčky II., str. 353), na ně věžovitě nakupíme smetanu a pak je polijeme hustou studenou kávovou polevou (viz Polevy, str. 416) nebo čokoládovou polevou z máčecí hmoty a na špičku položíme jádro ořechu neb zavařenou višni. Cukrovinky složíme do papírových košíčků. Celou úpravu smetany připravujeme ve studené místnosti.

Rozpočet: ½ *l* šlehané smetany - 3 tabulky čokolády - (t. j. 9 *dkg*). *Rozpočet těsta* čokoládového a lineckého viz udané stránky. Ušlehanou čokoládovou smetanou můžeme naplniti a ozdobiti čokoládové dorty a pod.

Jablka s kakaovým krémem.

Vodu s cukrem svaříme na silnou nitku (nitka se netrhá) a jablka v něm chvíli podusíme. Poté přidáme bílý punč a dáme vychladnouti. Mléko povaříme s kakaovým práškem a vanilkou. V kotlíku neb hrnci umícháme do hladka tlučený cukr, žloutky a krupičkovou mouku. Vařící kakaové procezené mléko přidáváme po malých částkách stále míchajíce do připravených žloutků. Kotlík s obsahem postavíme na plotnu do kastrolu s vařící vodou a mícháme až do zhoustnutí. Při míchání směsi přidáváme rychle máslo. — Pak umícháme do vychladnutí a studeným krémem naplníme kulatou hlubokou skleněnou mísu. Na krém položíme udušená jablka. Do hustého cukru, ve kterém se jablka dusila, zamícháme meruňkovou zavařeninu a vše nalijeme na jablka. Celek ozdobíme šlehanou smetanou. Podáváme s piškoty.

Rozpočet pro 5—10 osob: 10 jablek (60 *dkg*) - 25 *dkg* cukru - ⅛ *l* vody - 5 *dkg* meruňkové zavařeniny - 3 lžíce punče. — *Krém:* ⅜ *l* mléka - 2 *dkg* kakaa - 4 *cm* vanilky - 9 *dkg* cukru - 7 *dkg* mouky - 3 žloutky - 8 *dkg* čajového másla - ¼ *l* šlehané smetany na ozdobu.

Šlehaná smetana s čokoládou.

Ve větší míse si dáme rozehřáti čokoládu. Do ní nalijeme horký vařený cukr s vodou a stále krémem míchajíce dáme jej vychladnouti, načež lehce přimícháme ušlehanou smetanu. Takto připravenou smetanu necháme asi 3 hod. státi s mísou na prosoleném ledu, načež ji upravíme do šampaňských skleniček, ozdobíme višněmi a podáváme s piškoty neb jí upotřebíme při zdobení cukrovinek.

Rozpočet: 6 *dkg* čokolády - 11 *dkg* cukru - 1/16 *l* vody - ¼ *l* ušlehané smetany.

Pomoranče se šlehanou smetanou.

Menší pomoranče nebo mandarinky opereme, otřeme utěrkou a u stopky uřízneme malý vršek, načež lžicí vyndáme vnitřek pomorančů a prolisujeme jej žíněným sítem. Do menšího kastrolu dáme studenou vodu a krystalový cukr, postavíme na plotnu a cukr uvaříme na nitku, která se netrhá; poté do něho zamícháme prolisované pomoranče, šťávu z citronu neb rum a želatinu, kterou jsme

dříve ve vlažné vodě rozpustily. Vše promícháme a rozdělíme na 2 díly. Vydlabané pomoranče postavíme na mísu, 1 díl šťávy do nich nalijeme a s mísou postavíme na utlučený, prosolený led. Když šťáva dobře ztuhla, upravíme na ni slazenou šlehanou smetanu, na ni nalijeme druhý díl šťávy, kterou obarvíme červeným bretonem, načež pomoranče přiklopíme uříznutým vrškem a s mísou dáme opět na prosolený led. Asi za 1½ hod. pomoranče upravíme na čistou mísu tak, že každý rozkrojíme na 4 díly, ozdobíme je zelenými listy a ušlehanou slazenou smetanou. Pomoranče můžeme též naplniti jen šťávou bez šlehané smetany a dáti na led.

Rozpočet pro 5 osob: 5 menších pomorančů - 4 lžíce vody - 12 *dkg* cukru - 1 *dkg* želatiny - 1 lžíce vody na rozpuštění želatiny - 2 kapky červeného bretonu - z ½ citronu šťávy neb ½ kávové lžičky rumu - ⅛ *l* šlehané smetany a 1 *dkg* cukru do pomorančů - ⅛ *l* šlehané smetany a 2 *dkg* cukru na ozdobu.

Vinná pěna.

Vinnou pěnu viz Dukátové buchtičky str. 259.

Vanilková pěna.

Vanilkovou pěnu viz Dukátové buchtičky str. 259.

Ovocná pěna I.

Opraná jablka se slupkou upečeme na ocelové pánvi do měkka. Potom je žíněným sítem prolisujeme do větší porcelánové mísy. Přidáme k nim tlučený prosátý cukr, bílky, citronovou šťávu a šleháme metlou ½ hodiny. Pak pěnu obarvíme bretonem neb malinovou šťávou a dáme k ledu na 1 hodinu. Pomocí kornoutu naplníme pěnou mandlové kornouty, neb pěnu urovnáme pěkně na mísu a ozdobíme piškoty. Ve strojku na tření těsta jest pěna hotova za 8 minut.

Rozpočet: 6 kyselých jablek - 16 *dkg* cukru - 2 bílky - ze ¼ citronu šťáva - 2 kapky bretonu neb kávová lžička malinové šťávy.

Ovocná pěna II.

Do mísy si dáme zavařeninu, moučkový cukr, citronovou šťávu a bílky a vařečkou mícháme pilně ¾ hodiny. Pak lehce přidáme tuhý sníh a promíchanou pěnu dáme k ledu. Dále ji upravíme jako předešlou.

Rozpočet: 10 *dkg* rybízové neb meruňkové zavařeniny - 10 *dkg* cukru - ze ¼ citronu šťáva - 2 bílky - ze 2 bílků sníh.

Jahodová pěna.

Prolisované lesní jahody, moučkový cukr, bílek a citronovou šťávu šleháme v mise ½ hodiny i déle. Potom dáme pěnu k ledu na ½ hodiny. Podáváme ji ve sklenicích neb v mandlových kornoutkách.

Rozpočet: 10 *dkg* cukru - 10 *dkg* jahod - ze ¼ citronu šťáva - 1 bílek.

Meruňková pěna.

Pěkné, syrové meruňky a višně zbavené pecek prolisujeme žíněným sítem, přidáme cukr, bílek a v kotlíku na sníh tak dlouho šleháme, až pěna zhoustne a zbělí. Pak do ní lehce zamícháme čerstvé, celé jahody neb i jiné ovoce a dáme k ledu neb do studena. Potom pěnu urovnáme vkusně na skleněnou mísu a ozdobíme ji ovocem a šlehanou slazenou smetanou, nebo ji rozetřeme na upečený koláč. (Viz Jablíčkový koláč, strana 322.) Týž rozpočet.

Rozpočet: 10 *dkg* meruněk - 5 *dkg* višní (kyselých) - 12½ *dkg* tlučeného cukru - 1 bílek - 5 *dkg* jahod neb jiného ovoce dovnitř a 10 *dkg* ovoce na ozdobu - ¼ *l* šlehané smetany - 3 *dkg* pudru cukru.

Pěnu ze suchých meruněk viz Flameri s meruňkovou pěnou.

Pomerančový krém I.

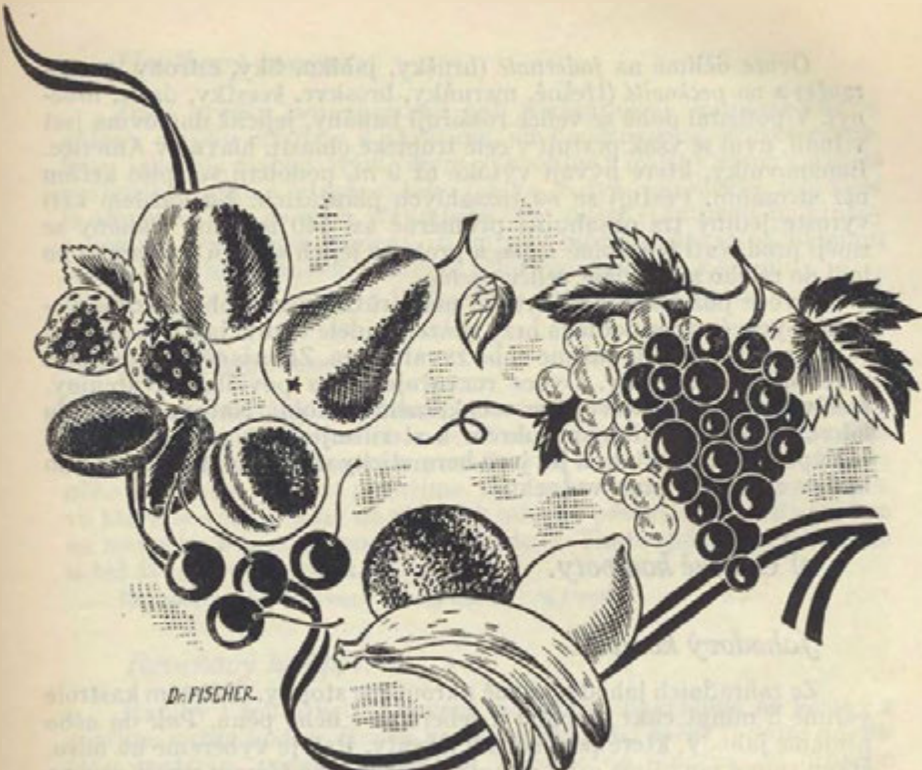
Do hrnce neb kotlíčku na sníh nalijeme smetanu neb mléko, přidáme tlučený cukr, žloutky, pomoranč. šťávu, krupičkovou nebo kukuřičnou bílou nebo bramborovou moučku, pomerančovou kůru a vše dobře rozmícháme. Pak postavíme kotlík neb hrnek do kastrolu s vařící vodou a krém šleháme do zhoustnutí. Krém se vařiti nesmí. Teplý krém upravíme na hlubokou misku a podáváme k němu piškotové řezy nebo je upravíme do vychlazených skleniček, a na úplně studený upravíme očištěné dílky pomerančů a šlehanou málo oslazenou smetanu.

Rozpočet pro 5 osob: ¼ *l* mléka neb smetany - 10 *dkg* tluč. cukru - 3 žloutky - 1 lžíce pšeničné krupičkové mouky neb kukuřičné nebo bramborové moučky - 3 lžíce pomerančové šťávy - ¼ *l* šlehané smetany - 2 *dkg* cukru do ní. — Úprava šlehané smetany viz str. 427. 1 pomeranč na zdobení.

Pomerančový krém II.

Žloutky dobře ušleháme s cukrem, pak přidáme, stále šlehajíce, pomerančovou šťávu a ještě šleháme, načež přidáme do vzniklého krému tuhý sníh z bílků. Hotový krém dáme do sklenic a podáváme.

Rozpočet pro 5 osob: 3 žloutky - 8 *dkg* tlučeného cukru - ze 3 pomerančů šťáva - ze 3 bílků sníh.



XVI. OVOCE

Zeptáme-li se kohokoliv: „Jíte rád ovoce?“ zajisté nám každý odpoví kladně, neboť mléko, ovoce a zelenina jsou tři druhy potravin lidstvu velmi prospěšné. Všechny obsahují vitaminy, bez nichž by se lidské tělo neobešlo. Z těchto tří druhů potravin jest ovoce pro sladkost a svěžest nejlahodnější a nejoblíbenější. Zvláště pro děti jest pochoutkou lepší než různé cukrovinky a pamlsky. Od doby květu až do uzrání vystavuje strom své plody slunečku, a není proto divu, že je v ovoci tolik vůně a sladkosti, a že občerstvuje člověka a dodává mu zdravé barvy.

Nejdůležitější součástí ovoce je cukr a různé kyseliny, jako jablečná, citronová, vinná a pod., které napomáhají při trávení jiných pokrmů. Vedle toho obsahuje ovoce malý počet látek bílkovitých a rosol rostlinný čili pektin, který se při vaření rozpouští, a když rozvařené ovoce vychladne, zrosolovatí.

Ovoce dělíme na *jadernaté* (hrušky, jablka, fíky, citrony, pomoranče) a na *peckovité* (třešně, meruňky, broskve, švestky, datle, hrozny). V poslední době se velice rozšiřují banány, jejichž domovina jest v Indii, nyní se však pěstují v celé tropické oblasti, hlavně v Americe. Banánovníky, které bývají vysoké až 9 *m*, podobají se spíše keřům než stromům. Pěstují se na rozsáhlých plantážích. Na každém keři vyroste jediný trs obsahující průměrně asi 140 banánů. Banány se smějí prodávati jen úplně zralé, a proto se jejich sklizeň a doprava po lodi do celého světa děje velice rychle.

Ovoce požíváme buď syrové nebo různým způsobem konservované. Syrové ovoce podléhá brzy zkáze, nejdéle vydrží jablka a hrušky.

Na delší dobu je sušíme nebo zavařujeme. Ze sušeného ovoce jsou nejoblíbenější švestky. Ovoce rozvařujeme na povidla, zavařeniny, rosoly nebo je konservujeme v cukerném roztoku. Narovnáme je do lahví, zalijeme svařeným cukrem a sterilisujeme v páře. Sterilisací se vypudí vzduch z lahví, jež jsou hermeticky uzavřeny, takže se k nim nadále zamezí přístup vzduchu.

a) Ovocné kompoty.

Jahodový kompot.

Ze zahradních jahod opatrně ukroutíme stopky. V čistém kastrole vaříme 5 minut cukr s vodou a sebereme s něho pěnu. Pak do něho přidáme jahody, které povaříme 2 minuty. Pak je vybereme na mísu, šťávu znovu povaříme asi 3 minuty s citronovou šťávou a nalijeme na jahody. Potom kompot dáme vychladnouti. Čím podáváme kompot studenější, tím je chutnější. Tím způsobem upravujeme i kompot višňový, třešňový a malinový.

Rozpočet: ½ *kg* jahod - 8 *dkg* cukru - ¼ *l* vody - ze ¼ citronu šťáva.

Jablkový kompot.

Oloupaná jablka rozčtvrtíme, zbavíme jadřinců a dáme zatím do studené vody s citronem, aby nezhnědla. V kastrole ve vodě povaříme cukr, odpěníme jej, načež do něho vložíme jablka, citronovou šťávu a udusíme je do měkka. Pak jablka vyndáme na mísu, do šťávy, ve které se vařila, přidáme kousek citronové kůry vcelku, 2 *cm* vanilky neb skořice a hřebíček, povaříme vše asi 3 minuty a procezenou šťávu nalijeme na jablka. Kompot podáváme studený. Také můžeme upraviti na míse na urovnaný kompot sladký sněhový krém (viz Jablka v závěji) neb šlehanou smetanu a pak hodně studený podávati. Nebo můžeme jablka úplně v cukru rozvařiti, pak prolisovati a upraviti kaši na mísu, ozdobiti ji sladkým sněhem a napíchati do ní loupané, na nudličky nakrájené mandle a okolo upraviti malé piškoty.

Rozpočet: 1 ¼ *kg* jablek - 25 *dkg* cukru - ¾ *l* vody - 3 cm^2 citronové kůry - 2 *cm* vanilky neb skořice - 1 hřebíček - z ½ citronu šťáva - sníh ze 4 bílků - 28 *dkg* cukru neb ¼ *l* šlehané smetany - 1 *dkg* mandlí.

Hruškový kompot.

Zralé hrušky (solnohradské neb muškatelky) oloupáme ostrým nožem, stopku očistíme a zkrátíme, ale neodřízneme, hrušku rozpůlíme, jaderník žlábkovitým řezem vykrojíme a hrušky dáme vařiti do svařeného cukru s citronem jako jablka. Když jsou měkké, vyndáme je dřevěnou lžicí na mísu, šťávu povaříme, načež ji nalijeme na hrušky a kompot podáváme studený. Kompoty můžeme dávat na 20 minut k ledu. Tímto způsobem můžeme připraviti kompot z kdoulí.

Rozpočet: Na 1 *kg* hrušek 12 *dkg* cukru - ¼ *l* vody - 1 citron.

Meruňkový kompot.

Pěkné meruňky rozpůlíme, zbavíme opatrně pecek a na několik vteřin je hodíme do vařící vody. Pak je drátěnou lžicí vyndáme na síto a oloupáme. V kastrole povaříme si ve vodě cukr, meruňky do něho vložíme a 6 minut povaříme. Potom je vybereme na mísu, šťávu, ve které se vařily, ještě na plotně 3 minuty povaříme, pak ji nalijeme na meruňky a kompot podáváme studený. Tímto způsobem upravíme si též švestkový kompot.

Rozpočet: Na 1 *kg* ovoce 20 *dkg* cukru - ⅜ *l* vody.

Reveňový kompot.

Řapíky i žebra listů z reveně oloupáme, nakrájíme na kostky a spaříme vařící vodou. Reveň necháme okapati, načež ji dáme do čistého kastrolu, posypeme cukrem a dáme do studena do druhého dne. Druhý den šťávu s reveně slijeme, přivedeme ji k varu, přidáme citronovou kůru i šťávu a bílé víno. Do vařící šťávy nasypeme reveň a vaříme, až změkne, což trvá asi 2—4 minuty. Potom reveň urovnáme na mísu i se šťávou a kompot podáváme studený.

Rozpočet: Na 1 *kg* reveně 25—50 *dkg* cukru - z citronu kůra i šťáva - ¼ *l* bílého vína.

Banánový kompot.

Pěkné, žluté banány oloupáme a nakrájíme na stejná kolečka. Zralé pomoranče oloupáme, rozkrájíme napříč na koláčky a zbavíme všech jader. Poté upravíme vrstvu banánů na skleněnou kompotovou mísu, na ni dáme vrstvu pomorančů, obé posypeme jemným cukrem a strouhaným kokosovým ořechem neb americkým ořechem (para) a tak ovoce skládáme, až je všechno na mísu urovnáno. Upravený kompot uložíme do studena na 2 hodiny. Potom jej podáváme s malými piškoty. Kompot můžeme připraviti též místo s ořechy s nakrájenými meruňkami, broskvemi neb ananasem.

Druhý způsob: tento kompot můžeme připraviti také tak, že každou vrstvu pokapeme pomorančovou a citronovou šťávou a celý kompot polijeme dobrým bílým vínem a dáme do studena. Než kompot podáváme, pokapeme jej rumem neb dobrým koňakem.

Rozpočet pro 5 osob: 5 zralých banánů - 4 pomoranče - 10—15 *dkg* cukru - 5 *dkg* strouhaného kokosu neb amerického ořechu - 10 meruněk neb 6 broskví neb 15 *dkg* ananasu.

Rozpočet pro druhý způsob: šťáva z 1 pomoranče - z ½ citronu šťáva - ¼ *l* vína a 1 lžíce rumu neb koňaku.

Kompot ze suchých švestek.

Oprané sušené švestky namočíme na několik hodin do vlažné vody. Pak je uvaříme ve vodě s cukrem, citronovou kůrou a skořicí do měkka. Švestky upravíme na mísu, posypeme sekanou citronovou kůrou a úplně studený kompot podáváme. — Právě tak připravujeme kompot ze suchých hrušek a meruněk. Do meruňkového kompotu nedáváme skořice.

Rozpočet pro 5 osob: 30 *dkg* suchých švestek - 10 *dkg* cukru - 2 *cm* skořice - 2 *cm* citronové kůry.

b) Ovoce zavařené v páře.

Při zavařování ovoce dbáme úzkostlivé čistoty. Především si připravíme dobře vyvařené nové nádoby (nejlépe speciální kastroly na zavařování ovoce). Vyvaříme je nejlépe, povaříme-li v nich vodu s octem neb se solí, čímž se odstraní všechny součástky olova, které jsou obsaženy v polevě na nádobě (na 1 *l* vody 1 lžička octa neb 1 lžička soli). Nikdy nádob určených na zavařování ovoce nepoužíváme k přípravě jiných pokrmů.

K zavařování nesmíme upotřebiti ovoce příliš přezrálého, pokaženého nebo pomačkaného. Ovoce musí býti úplně zdravé, dobře vyzrálé a důkladně umyté. Pouze angrešty a zelené ringle zavážíme nezralé. Láhve na ovoce musíme nejdříve se studenou vodou postaviti na plotnu a dobře je vyvařiti, načež je ve vodě necháme vychladnouti. Pak je řádně kartáčem vyčistíme, studenou vodou vypláchneme a poklopíme. Pak je vypláchneme čistým lihem nebo rumem a studené upotřebíme na kompot nebo je dobře prohřejeme, aby se zničily bakterie ze vzduchu na nádobě usazené. Horké láhve plníme horkou zavařeninou, takže nevzniknou v láhvi žádné bublinky vzduchové a obsah se nekazí. Prohřátá láhev nepraskne a zavařenina na povrchu utuhne. čímž se chrání celý obsah láhve. Na zavařování ovoce kupujeme cukr krystalový. Při vaření sbíráme s něho dírkovanou lžicí modrou usazeninu a vařený cukr procedíme čistým plátnem a pak teprve studený upotřebíme. Na 1 *kg* ovoce počítáme ½—¾ *kg* cukru při upotřebení obyčejných lahví. Na zalití ovoce u patentních lahví počítáme na 1 litr vody 20—40 *dkg* cukru. Cukr vaříme dosti zprudka a přihlížíme, aby neutekl.

Jak vaříme cukr.

Podle hustoty rozeznáváme sedm stupňů při vaření cukru. Prvých tří stupňů hustoty užíváme nejvíce na konservování ovoce, k přípravě vína, likérů a pod.

Prvý stupeň. Podle množství udaného v předpise vaříme cukr s vodou. Když se začne vařiti, sebereme opatrně s povrchu všechnu pěnu a pak do něho ponoříme vařečku a ihned ji vytáhneme. Padá-li cukr s vařečky v podobě velkých kapek, jest cukr svařen na první stupeň čili „na kapku".

Druhý stupeň. Cukr vaříme dále. Smočíme-li do něho vařečku a vytáhneme-li ji, stéká cukr v podobě drobných perliček, které jako by byly zavěšeny na slabé niti. Druhý stupeň hustoty poznáme též, lepí-li se mezi palcem a ukazováčkem. Cukr jest svařen „na perlu" „čili na slabou nitku".

Třetí stupeň hustoty cukru poznáme, vaříme-li cukr dále. Učiníme-li pak zkoušku, stéká cukr s vařečky v podobě niti, na jejímž konci visí vetší perla. Třetí stupeň se nazývá též „na silnou nitku". Omočíme-li do cukru palec a ukazováček, tvoří se mezi nimi delší nitka, jež se netrhá.

Čtvrtý stupeň vyzkoušíme, namočíme-li do cukru drátěnou lžíci a rychle pak na ni foukneme. Cukr svařený na čtvrtý stupeň vytvoří bublinky. Nazývá se „na bublinu" nebo „na puchýř".

Pátý stupeň. Při tomto stupni hustoty se tvoří větší bublinky asi jako hrách. Pátý stupeň se nazývá „velká bublina" čili „velký let". Nyní jsme dosáhli již značné hustoty, a jest proto třeba cukrem neustále míchati a okraje nádoby otírati, aby se nepřipálil.

Šestý stupeň. Této hustoty potřebujeme jen zřídka. Vyzkoušíme ji, ponoříme-li dřevěnou vařečku prudce do cukru. Pak ji vytáhneme a vložíme do studené vody. Cukr, který se na ni zachytil, nelepí se na prsty. Můžeme jej rozlomiti, jest úplně ztvrdlý. Tento stupeň se nazývá též „lom".

Sedmý stupeň jest poslední při vaření cukru. Abychom ho dosáhli, jest třeba veliké zručnosti a obratnosti, jinak se spálí. Barva jeho jest žlutá, až do hněda, přitom příjemně nasládle voní. Jakmile dosáhneme této hustoty, je třeba rychle nádobu odstaviti, poněvadž kdybychom vařili cukr déle, spálil by se. Tento stupeň se nazývá též „karamel".

Zavařování ovoce v obyčejných lahvích.

Ve studené vodě vyvařené, pak vychladlé láhve vypláchneme čistou studenou vodou a pak čistým lihem neb rumem. Připravené ovoce do nich naplníme do polovice hrdla, asi na 4 *cm* do otvoru lahví. Pak zalijeme ovoce čistým cukrovým roztokem, a to tak, aby cukr ovoce přesahoval a aby láhev zůstala asi na 2 *cm* od okraje nedolitá. Potom položíme na otvor láhve ve vlahé vodě namočený a čistou utěrkou otřený pergamenový papír a sklenice povážeme tenkým pevným motouzem. Pak potřeme povrch napjatého pergamenového papíru na špičku nože salicylovým práškem a láhev znovu pergamenem a motouzem zavážeme. Kyselinu roztíráme proto mezi papíry, protože jest papír pórovitý a vzduch, který do láhve vniká, se kyselinou částečně čistí a konservuje a tak snadno se nezkazí. Také můžeme láhve povázati v teplé vodě řádně vypraným měchýřem, palcem ruky přejedeme měchýř, čímž vymačkáme z láhve zbývající vzduch a v tom

okamžiku povážeme láhve tenkým motouzem. Do hrnce určeného k vaření dáme seno, dřevitou vlnu neb vložku z bramborového pařáku, na ni postavíme připravené láhve a prostor mezi lahvemi vyplníme čistými staršími utěrkami, aby na sebe láhve nenarážely a nerozbily se při vaření. Nyní nalijeme do hrnce studenou vodu tak vysoko, aby sahala do ¾ výše lahví. Pak zahříváme přikrytý hrnec na mírném ohni až k bodu varu, hned jej odstavíme na okraj plotny a podle druhu ovoce ponecháme určitý počet minut. Pak poklici odstraníme, nahradíme ji utěrkou, aby se do ní pára vsákla a nenavlhčila pergamen na lahvích. Láhve necháme, až úplně vychladnou. Potom je vyndáme, lněnou utěrkou vyčistíme, vyleštíme, opatříme štítkem se jménem ovoce a letopočtem a uložíme ve studenu a v suchu.

Zavařené ovoce častěji prohlížíme a jakmile pozorujeme, že ovoce v láhvi vystupuje a papír se nazvedá, odstraníme jej, na ovoce přidáme čistě povařený cukr, láhev znovu povážeme a znovu přehřejeme, při 100° C 2 minuty, dáme prochladnouti a pak uložíme.

Zavařování ovoce v patentních lahvích.

Vyvařené, čistou vodou vypláchnuté patentní láhve vypláchneme čistým lihem neb rumem, naplníme ovocem, zalijeme cukerným roztokem, na okraj sklenice položíme čistě opraný, osušený kaučukový kroužek a pak teprve skleněné víčko. Sklenice postavíme na stojan s pružnými péry, umístěný v sterilisačním hrnci. Víčko sklenice připevníme péry. Pak zalijeme sklenice vodou a hrnec opatříme teploměrem a přiklopíme víkem. Pak sterilisujeme ovoce při udaném stupni. Na příklad: vodu zahřejeme na 80° a hrnec necháme stát na okraji plotny při 80° 20 minut. Tedy ovoce při 80° sterilisujeme 20 minut. Při zahřívání sklenic v hrnci naplněném vodou nastane hermetické uzavření. Teplem vypudí pára vzduch uvnitř sklenice obsažený a když sklenice opět vychladne a pára se zase srazí ve vodu, nemůže již vzduch dovnitř zpět, čímž nastane uvnitř láhve pod víkem vzduchoprázdný prostor. Tlakem vnějšího vzduchu přitlačováno je víčko ke gumovému podkladu, takže když po zchladnutí lahví odstraníme péra, víčka na lahvích pevně drží. Při otvírání patentních lahví povytáhneme rozšířený vyčnívající gumový jazýček, čímž vnikne do láhve vzduch a láhev se otevře. Dobře očištěné, uzavřené, studené láhve s ovocem otřeme utěrkou, opatříme štítky a uložíme ve studenu.

Ovoce v patentních lahvích má jemnější chuť, není přeslazené a popraskané. Láhve patentní i obyčejné kupujeme vždy menší (½ *l*), aby se obsah najednou spotřeboval. Neboť zbude-li ovoce v láhvi jednou otevřené, musí se znovu povařiti.

Angreštový kompot.

Tvrdý, velký, ještě zelený angrešt zbavíme stopek a kalíšku, načež angrešt vypereme a dáme na síto okapati. Potom bobule se všech stran propícháme čistým špendlíkem. Propíchaný angrešt dáme do

studené vody s citronem a pak jej i s nádobou postavíme do kastrolu s vařící vodou. Necháme jej malounko změknouti, jen aby se voda na něm prohřála. Potom dáme angrešt na síto dobře okapati. Čisté láhve vypláchneme čistým lihem nebo rumem, angrešt do nich složíme, zalijeme na I. stupeň svařeným, vyčištěným, procezeným, studeným cukrem, převážeme dvakráte pergamenovým papírem, mezi který rozetřeme prášek kyseliny salicylové, a angrešt sterilisujeme v páře při 100° 3 minuty. Vařený cukr můžeme vyzkoušeti hustoměrem. Angrešt zalijeme cukrem 22° hustým.

Zavazování lahví je u všech kompotů stejné.

Rozpočet: na 5 *kg* angreštu 75 *dkg* cukru - 1¼ *l* vody.

Jahodový kompot I.

K zavařování bereme pouze ty zahradní jahody, které mají pevnou dužinu a nejsou přezrálé. Vhodné jsou tak zvané „bílé ananasové" nebo rubínové „královna Louisa", které mají hodně tuhou dužinu. Z jahod opatrně vykroutíme stopky a okvětí, pak je na sítě studenou vodou opláchneme a dobře okapané složíme do kamenného kastrolu. Na 5 *kg* jahod dáme si vařiti 1 *l* vody a 70 *dkg* cukru na II. stupeň. Povařený, náležitě vyčištěný, procezený, studený cukr nalijeme na jahody. Potom je postavíme na okraj plotny a zahřejeme je na 90° (vařiti se nesmějí). Jahody necháme 24 hodiny ve studenu, načež je urovnáme do rumem vylitých lahví, zalijeme je cukrovým roztokem, láhve uzavřeme a v patentních lahvích je sterilisujeme při 80° 15 minut. Při 100° sterilis. 5 minut. Jahody naléváme šťávou jen do ¼ láhve, aby nevystouply.

Jahodový kompot II.

Do porculánové mísy vrstevnatě složíme očištěné zahradní jahody s tlučeným cukrem a tak necháme ve studenu klidně státi do druhého dne. Druhý den šťávu s jahod slijeme, povaříme ji a odpěníme. Pak do ní vložíme jahody, které ve šťávě jenom prohřejeme. Jahody složíme do lahví, lihem neb rumem vypláchnutých, šťávu povaříme, dobře odpěníme a nalijeme na jahody. Úplně studené láhve uzavřeme kaučukovým kroužkem a skleněným víčkem i pérem a při 80° sterilisujeme 10 minut. Jahody zavařujeme v patentních lahvích. Šťávu vaříme jen tak dlouho, dokud se na ní tvoří pěna. Dlouhým vařením ztrácí na chuti a vůni.

Rozpočet: na 2 *kg* jahod 50—75 *dkg* cukru.

Hruškový kompot.

Zdravé, tvrdé, prostředně velké hrušky (solnohradské nebo Solanky) ostrým nožem jemně oloupáme, stopku očistíme a zkrátíme. Hrušky rozpůlíme i se stopkou, jaderníky vyřízneme a hrušky dáme do studené vody s citronovou šťávou, aby nezhnědly. Do jiné nádoby dáme vařiti čistou vodu s citronovou šťávou, když se vaří, vhodíme do ní

hrušky a povaříme je, až napolo změknou. Pak je hned vybereme do studené vody, a když vychladnou, dáme je na síto neb na čistý ubrousek, aby voda dobře okapala. Hrušky urovnáme střechovitě do sklenice, zalijeme vařeným studeným cukrem a při 85° sterilisujeme 20 minut, neb při 100° 10 minut. Týmž způsobem zavařujeme jablka a kdoule. Nakrájíme je však na čtvrtky a vodorovně skládáme do sklenic.

Rozpočet: na 1 *kg* hrušek ½ *l* vody - 25 *dkg* cukru - 1 citron. — Na 1 *kg* jablek ½ *l* vody - 30 *dkg* cukru - 1 citron.

Hrušky s citronem.

Ne příliš přezrálé, dobré, šťavnaté hrušky prostřední velikosti oloupáme, stopku očistíme a zkrátíme, jaderníky žlábkovitým řezem odstraníme. Potom dáme do kamenného čistého kastrolu vrstvu tlučeného cukru, vrstvu hrušek, lžičku citronové šťávy, což tak dlouho opakujeme, až máme kastrol plný. Pak hrušky necháme z počátku na hodně mírném ohni 2—3 hodiny. Jakmile se cukr rozpustil, dáme hrušky na větší oheň a vaříme ještě asi 25 minut. Potom je dáme na síto okapati, složíme je do lahví, načež do šťávy přidáme ještě citronovou šťávu, jemně na nudličky nakrájenou, bílého vnitřku zbavenou citronovou kůru a povaříme je. Procezenou, prochladlou šťávu nalijeme na hrušky a přidáme několik nudliček vařené kůry. Láhve převážeme dvakráte pergamenovým papírem a při 100° sterilisujeme 10 minut. Také můžeme do žlábku po jadernicích vložiti povařený, vyčištěný šípek a hrušky klademe pak ozdobnou stranou na stěnu láhve, což velmi pěkně vypadá.

Takto zavařené hrušky jsou velmi chutné.

Rozpočet: na 1 *kg* hrušek (muškatelek nebo solanek) ½ *kg* tlučeného cukru - 2 citrony.

Meruňky a švestky.

Tvrdé meruňky neb švestky hodíme na několik vteřin po částech do vařící vody. Pak je hned drátěnou lžicí vyndáme, načež je oloupáme a vložíme do studené vody s citronem, aby nezhnědly. Pak je dobře okapané složíme do lahví, zalijeme vychladlým cukrem svařeným na první stupeň, dvakráte převážeme pergamenem a při 100° sterilisujeme (vaříme v páře) 15 minut. Obojí toto loupané ovoce můžeme rozpůliti a zbaviti pecek, neb zavařiti celé neloupané. Tímto způsobem můžeme zavařiti též broskve. Pěkné zralé meruňky loupáme syrové, aniž je spaříme.

Rozpočet: na 3 *kg* ovoce 1 *l* vody - 50 *dkg* cukru - 1 citron, v patentních lahvích na 1 *l* vody 30—35 *dkg* cukru.

Třešně, višně, amarelky.

Bezvadné tvrdé třešně neb višně a amarelky zbavíme stopek neb je zkrátíme a očistíme a propláchneme je svařenou, čistou, studenou vodou. Pak je prolijeme rychle na sítě vařící vodou a dáme

dobře okapati. Potom je těsně, ale opatrně, aby se nepomačkaly, urovnáme do lahví, zalijeme cukrem svařeným na první stupeň, povážeme a sterilisujeme při 80° 20 minut. Nemáme-li teploměru, tedy při 100° 8—10 minut. Když se začne voda vařiti, hned hrnec odstavíme na okraj plotny a ponecháme tak 8—10 minut. Tímto způsobem zavařujeme i žluté třešně. Žluté třešně neprolijeme vařící vodou.

Rozpočet: na 5 *kg* ovoce v obyčejných lahvích 100—125 *dkg* cukru - 2½ *l* vody - v patentních 25—30 *dkg* cukru na 1 litr vody. — Je-li ovoce kyselé, přidáme více cukru. — Na 1 *kg* třešní ⅛ *l* vody - 20 *dkg* cukru - litrová láhev patentní.

Brusinky v cukru I.

Přebrané, velkozrnné červené brusinky opereme a dáme na síto okapati. V čisté nádobě svaříme cukr na druhý stupeň (nitka se netrhá). Do takto svařeného odpěněného cukru vsypeme brusinky, ale jen tolik, aby se jimi povrch kryl, a vaříme je v cukru asi 4 minuty. Takto pokračujeme, až jsou brusinky všechny povařeny. Vařené brusinky složíme do lahví, načež do šťávy, ve které se vařily, přidáme v celku skořici a citronovou kůru, zbavenou bílého vnitřku, znovu ji povaříme a nalijeme na brusinky. Vychladlé láhve povážeme a sterilisujeme při 100° 5 minut. Brusinky dobře zavařené nemusíme sterilisovati.

Rozpočet: na 1 *kg* brusinek ³/₈ *l* vody - ½ *kg* cukru - 3 *cm* skořice - 2 cm^2 citronové kůry.

Brusinky v cukru II.

Přebrané, vyprané, okapané brusinky vrstevnatě složíme s jemným krystalovým cukrem do neoprýskaného kastrolu, přikryjeme poklicí, kastrol dáme do trouby ne příliš horké a zahříváme je zvolna tak dlouho, až pustí šťávu a jsou v ní potopeny. Potom jimi zamícháme, 2 minuty je povaříme, načež je vybereme do lahví. Do šťávy z brusinek přidáme skořici a citron, znovu ji povaříme asi 3 minuty, pěnu sebereme a nalijeme na brusinky. Studené láhve povážeme dvakráte pergamenovým papírem, mezi který jsme rozetřely salicylový prášek, a při 100° sterilisujeme brusinky 8 minut. Pro lepší chuť můžeme přidati do hotových 1 lžíci lihoviny.

Rozpočet: na ½ *kg* brusinek ¼ *kg* cukru - 3 *cm* skořice - 1 cm^2 citronové kůry.

Brusinky s jablky neb hruškami.

Oprané ovoce oloupáme, jablka nakrájíme na čtvrtky, hrušky pouze na půlky a zbavíme jadřinců. Cukr s vodou povaříme na první stupeň a zbavíme pěny, pak ovoce do něho vložíme a povaříme. Pozor, aby se ovoce nerozvařilo! Pak je (jablka neb hrušky) vybereme na plochou mísu, urovnáme vedle sebe a přikryjeme čistým papírem. Do šťávy, ve které se ovoce vařilo, vložíme přebrané, vyprané brusinky a vaříme je 4 minuty. Nesmějí se rozvařit. Potom skládáme brusinky

vrstevnatě s ovocem do lahví, do šťávy přidáme skořici, povaříme ji a nalijeme na urovnané ovoce. Studené láhve povážeme a při 100° sterilisujeme 10 minut.

Rozpočet: na 1 *kg* brusinek ½ *kg* velkých nakyslých jablek nebo ½ *kg* tuhých hrušek Bergamotek - ½ *l* vody - ½ *kg* cukru - 2 *cm* skořice.

Rybíz, maliny, ostružiny v cukru.

Pěkné, nepřezrálé bobulky rybízu ostříháme nůžkami a na sítě prolijeme svařenou studenou vodou. Pak je na síto dáme dobře okapati. Čisté láhve vypláchneme lihem neb rumem (děláme tak na každý kompot), tvrdé ovoce do nich opatrně složíme, načež je zalijeme studeným, vyčištěným cukrem, svařeným na první stupeň. Láhve povážeme dvakráte pergamenovým papírem a ¼—½ *l* láhve sterilisujeme při 80° 10 minut. Litrové láhve při 80° C až 15 minut. Při bodu varu jen 3 minuty.

Láhve s ovocem necháme ve vodě vychladnouti, pak je uložíme ve studenu a v suchu. Tímto způsobem můžeme zavařiti i lesní jahody, maliny neb ostružiny.

Rozpočet: na 2½ *kg* ovoce ½ *l* vody - 20—40 *dkg* cukru.

Loupané švestky.

Připravíme je právě tak jako loupané meruňky.

Švestky půlené.

Pěkné švestky opereme a zbavíme pecek. V čistém kastrole ve vodě povaříme na první stupeň cukr, pěnu sebereme, načež v něm po částech povaříme 4 minuty švestky. Pak je dáme na síto okapati, načež je složíme do lahví. Do šťávy, ve které se švestky vařily, přidáme celou skořici a citronovou kůru a na plotně ji několik minut povaříme. Pak šťávu nalijeme na švestky, a když vychladnou, povážeme láhve dvakráte pergamenovým papírem, mezi který nasypeme salicyl a při 100° sterilisujeme (vaříme v páře) 12 minut.

Rozpočet: na 2½ *kg* švestek 30 *dkg* cukru - ¾ *l* vody - 2 *cm* skořice - 1 *cm*² citronové kůry.

Švestky v lihu.

Pěkné, velké, tvrdé, ale dobře vyzrálé švestky vypereme, osušíme, propícháme se všech stran špendlíkem až k pecce, a to proto, že cukr lépe do ovoce vnikne. K tomu účelu si 5—6 špendlíků zapícháme do korkové zátky, takže jsou švestky brzo propíchány. V kastrole si ve vodě povaříme cukr na první stupeň, pěnu sebereme, pak cukr odstavíme a ještě do horkého vložíme švestky. Kastrol přikryjeme čistou utěrkou a uložíme do studena. Druhý den cukr se švestek slijeme, povaříme jej znovu na ohni, švestky do něho opět vložíme a uložíme je ve studenu dobře přikryté. Třetí den švestky

dáme na síto okapati, složíme je do lahví, šťávu povaříme, pěnu dobře sebereme a dáme vychladnouti. Pak zamícháme do šťávy čistý líh, načež promíchaný cukr nalijeme na švestky, láhve převážeme pergamenovým papírem a ve studenu a v suchu uložíme. Tyto švestky nesterilisujeme.

V zimě jich můžeme použíti do knedlíků, koláčů atd. Višně i třešně připravujeme tímtéž způsobem.

Rozpočet: na 2½ *kg* ovoce - 60 *dkg* cukru - ¾ *l* vody - ¼ *l* lihu.

Švestky v octě.

Pěkné, za sucha trhané, oprané, osušené švestky propícháme špendlíky neb tenkou dřevěnou špejli a dáme je do porculánového hrnce. V čistém kastrole v dobrém vinném octě svaříme skořici, hřebíček, citronovou kůru a cukr na třetí stupeň (nitka se netrhá). Pak z uvařeného cukru odstraníme koření a usušíme je, načež vychladlý cukr nalijeme na švestky, přikryjeme je a ve studenu uložíme na 4 dny. Pátý den švestky vyndáme, cukr znovu povaříme na nitku, která se netrhá, do horkého cukru vkládáme po částech švestky a vždy je povaříme 1 minutu. Pak je urovnáme do lahví, povařenou, odpěněnou šťávou zalijeme, přidáme utlučené koření, a když láhve úplně vychladly, zavážeme je dvakráte pergamenovým papírem a ve studenu a v suchu uložíme.

Rozpočet: na 3 *kg* švestek 1 *l* octa - 1½ *kg* cukru - 1 *dkg* skořice - 5 hřebíčků - 2 *cm* citronové kůry.

Třešně v octě.

Pěkné třešně (srdcovky) opereme a na síto dáme okapati. V kastrole ve vodě s octem povaříme cukr na druhý stupeň (nitka se trhá), ovoce do něho po částech vložíme a povaříme asi 2 minuty. Pak třešně hned vyndáme na síto, šťávu dáme povařiti na třetí stupeň (nitka se netrhá), načež do vychladlé zamícháme dobře v rumu rozpuštěný salicylový prášek a šťávu nalijeme na třešně, které jsme pěkně urovnaly do lahví. Pak je zavážeme pergamenovým papírem a uložíme.

Tímto způsobem můžeme zavařiti i švestky neb meruňky.

Rozpočet: na 2 *kg* třešní 1 *l* vody - ⅓ *l* vinného octa - 50 *dkg* cukru - 1 lžíce rumu - ¼ *dkg* salicylového prášku.

Míchané ovoce v rumu.

Do široké láhve dáme rum, vrstvu zralých, očištěných jahod, vrstvu drobného, tlučeného cukru a láhev zavážeme a uložíme do studena. Pak přidáme vrstvu rybízu, vrstvu cukru, opět povážeme a uložíme. Takto pokračujeme a dáváme ovoce do láhve, až je plná. Ovoce dodáváme, jak zraje; na př. jahody, rybíz, třešně, angrešt, maliny, višně, půlky meruněk, mirabelky a naposled dáme švestky. Plnou láhev ovoce, je-li málo šťávou zatopené, doplníme rumem a ve

studenu uložíme. V zimě podáváme ovoce jako kompot a šťávu jako chutný likér. Jablka a hrušky nedáváme, neboť by se ovoce kazilo.

Rozpočet: 1 *l* rumu a vždy 20 *dkg* cukru na 25 *dkg* ovoce.

Borůvky v cukru.

Pěkné přebrané borůvky upravíme do kastrolu vrstevnatě s tlučeným cukrem jako brusinky a ve vlažné troubě je necháme, až se šťávou zatopí. Pak je vybereme do lahví, šťávu povaříme a když zhoustne, nalijeme na borůvky. Studené láhve povážeme dvakrát pergamenovým papírem a sterilisujeme při 100^0 malé láhve 8 minut, velké 15 minut.

Rozpočet: na 2 *l* borůvek - 25 *dkg* cukru.

Borůvky bez cukru.

Přebrané, velké, suché borůvky vložíme do čistých lahví, dobře je setřeseme a otevřené láhve složíme do sterilisačního hrnce se studenou vodou a zvolna je zahříváme, až jsou tak horké, že pustí samy šťávu a jsou v ní potopeny. Potom uzavřeme horké láhve ihned čistým, rozpařeným korkem a ve vodě je necháme zvolna vystydnouti. Pak korek na láhvi zapečetíme voskem a borůvky uschováme ve studenu. V zimě při úpravě vdolečků nebo buchet je povaříme s cukrem.

Mirabelky v cukru.

Tvrdé, pěkné, stopek zbavené, oprané mirabelky třikrát propíchneme a u stopky malinko nařízneme, aby se lépe prosladily a nepopraskaly. Pak je vhodíme na 3 minuty do vařící vody, ihned je vybereme, složíme do čistých lahví, dobře setřeseme, načež je zalijeme studeným cukrem svařeným na 2^0 a dáme do studena na 2 hodiny. Pak je povážeme dvakrát pergamenovým papírem a při 100^0 sterilisujeme 10 minut (vaříme v páře). V páře necháme láhve vychladnout, načež je očistíme a uložíme.

Rozpočet: na 1 *l* vody 50—60 *dkg* cukru a 2 *kg* mirabelek.

Zelenčata.

(Zelené ringle.)

Nedozrálé, zelené, oprané ringle propícháme se všech stran tenkou dřevěnou špejlí neb špendlíky až k pecce, načež je dáme do studené vody, do které jsme přidaly na špičku nože salicylového prášku. V jiném čistém kastrole přivedeme hodně vody k varu, vhodíme do ní ringle a za minutu je přendáme do studené vody. Když ringle vychladly, dáme je na síto okapati. Pak je složíme do čistých, rumem neb lihem vypláchnutých sklenic, zalijeme studeným, procezeným, na druhý stupeň svařeným cukrem, ve kterém jsme povařily vanilku neb citronovou kůru. Láhve povážeme dvakrát pergamenovým papí-

rem a sterilisujeme při 85° C 25 minut; při 100° jen 8 minut. (Řídíme se tvrdostí ovoce a velikostí lahví.)

Ovoce proto propícháme, aby je cukr mohl dobře prostoupiti a aby nepukalo. To platí též o mirabelkách, velkých žlutých i obyčejných švestkách. Pravé ringle (zelenčata) poznáme podle krátké stopky a podle toho, že dužina jde dobře od pecky.

Rozpočet: na 1 ½ *l* vody 50—60 *dkg* cukru a 3 *kg* ringlí.

Malé černé slívky. (Pavlůvky.)

Ne příliš přezrálé černé slívy (druh velkých zahradních trnek) opereme, osušíme, složíme do lahví, zalijeme studeným cukrem svařeným na 2° (nitka se trhá), láhve povážeme dvakrát pergamenovým papírem a při 100° sterilisujeme 10 minut. Toto ovoce čerstvé jest velice nechutné, kdežto zavařené je chutnější nežli kterékoliv jiné ovoce. Slívky můžeme též vrstevnatě složiti s tlučeným cukrem do lahví a ve šťávě nechati zatopiti jako borůvky bez cukru. Když vychladnou, povážeme je dvakrát pergamenem a sterilisujeme při 100° 10 minut.

Rozpočet: 1 *kg* slívek - 75 *dkg* cukru - na 1 *l* vody 80 *dkg* cukru a 2—3 *kg* slívek.

Višně v hustém cukru.

Zralé, tvrdé višně vypereme a zbavíme pecek. Do kastrolu dáme si vařit 1 litr vody a 40 *dkg* cukru, povaříme jej na první stupeň, vložíme do něho višně a vaříme je podle tvrdosti 5—10 minut. Povařené višně přendáme do porcelánové mísy, přikryjeme je a necháme do druhého dne. Druhý den cukr s višní slijeme, přidáme ještě 40 *dkg* cukru, povaříme jej na druhý stupeň, višně do něho opět vložíme, povaříme 3 minuty, načež je dobře okapané složíme do sklenic. Cukr povaříme na třetí stupeň, pak jej nalijeme na višně a dáme vychladnouti. Studené láhve povážeme dvakrát pergamenovým papírem a sterilisujeme při 100° 3 minuty. Studené láhve druhý den z vody vyndáme, očistíme a v suchu a studenu uložíme.

Takto můžeme připravit i míchané ovoce, na př. višně, bobulky rybízu, angrešt, maliny a jahody. Toto ovoce vaříme postupně, ne najednou a podle druhu, aby se nám jemnější ovoce nerozvařilo. V lahvích skládáme druhy vrstevnatě.

Rozpočet: na 2 *kg* ovoce 1 *l* vody - 80 *dkg* cukru.

Zavařené višně na ozdobu cukrovinek.

Pěkné, zralé, oprané višně zbavíme pecek a dáme je do čistého kastrolu, posypeme cukrem a dáme do druhého dne do studena. Druhý den šťávu s nich nalijeme do kotlíku na sníh a na prudkém ohni ji povaříme 8 minut. Do vařící šťávy vložíme višně a povaříme je asi 15—20 minut. Při vaření dáme dobrý pozor, aby se nerozvařily. Horké višně dáme se šťávou do vyhřátých lahví a studené dva-

kráte převážeme a uložíme ve studenu a v suchu. Hodí se jako ozdoba na cukrovinky neb dorty, neb jimi naplníme košíčky (viz Cukrovinky).

Rozpočet: 1 *kg* višní - 50 *dkg* tlučeného cukru.

Andělikový stonek v cukru zavařený.

Stonky anděliky vhodíme do vařící vody, malou chvíli je povaříme a v téže vodě dáme vychladnouti. Potom stonky oloupáme a ještě jednou je v čisté vařící vodě povaříme asi 3 minuty, načež je přendáme do studené vody a uložíme do studena do druhého dne. Druhý den ½ *kg* anděliky povaříme v 1 *l* vody a 40 *dkg* cukru na I. stupeň. Do vařícího cukru hodíme anděliku, povaříme ji 3 minuty a necháme přes noc. Poté přidáme do šťávy s cukrem opět 20 *dkg* cukru, povaříme jej, do vařícího vložíme anděliku, též ji povaříme a opět uložíme do studena. Pak anděliku opět vyndáme, znovu přidáme 20 *dkg* cukru, opět povaříme nejdříve cukr a pak v něm povaříme 3 minuty anděliku. Konečně ji složíme do lahví, cukr povaříme ještě jednou, přidáme zelený breton (3 kapky) a cukr nalijeme na anděliku. Studené láhve převážeme dvakráte pergamenovým papírem jako každý kompot a při 100° sterilisujeme 5 minut. Nakrájenou andělikou zdobíme dorty a cukrovinky.

Šípková jablíčka v cukru.

(*Azarolky.*)

Červená neb žlutá malá nepřezrálá jablíčka opereme, stopky očistíme a zkrátíme, načež jablíčka špendlíkem dobře propícháme. V kastrole ve vodě povaříme na špičku nože salicylového prášku a když se voda vaří, vložíme do ní jablíčka a necháme je tam tak dlouho, až změknou (vařiti se nesmí!). Dáme je na okraj plotny. Potom je přendáme do studené vody, a když jablíčka vychladla, dáme je okapati na síto. V čistém kastrole ve vodě povaříme cukr na 2° a dáme prochladnouti. Pak do něho vložíme jablíčka, přikryjeme je utěrkou a ve studenu uložíme do druhého dne. Druhý den cukr s jablíček slijeme, znovu povaříme a prochladlý nalijeme na jablíčka. Toto se ještě jednou opakuje. Čtvrtý den slitý cukr znovu povaříme, jablíčka do něho vložíme a 2 minuty povaříme. Pak je vyndáme na síto a okapaná urovnáme do lahví lihem neb rumem vypláchnutých. Cukr znovu povaříme a prochladlý nalijeme na jablíčka. Studené láhve převážeme dvakráte pergamenovým papírem a při 100° sterilisujeme (vaříme v páře) 12 minut.

Rozpočet: na 1 *kg* jablíček ¾ *l* vody - ¾ *kg* cukru.

Zavařené šípky.

Červené, velké, tvrdé šípky rozpůlíme, dřívkem vyčistíme všechna jadérka a chloupky. Potom šípky dobře vypereme ve studené vodě, dáme je do čisté studené vody a uložíme do studena do druhého dne. Druhý den vodu slijeme, nahradíme ji čerstvou a opět uložíme do

studena. To se ještě jednou opakuje. Čtvrtý den dáme si do kastrolu vodu s cukrem (1 *kg* šípků, ½ *l* vody, 35 *dkg* cukru) a povaříme ji na II. stupeň. Šípky z vody vyndáme na síto a dobře okapané složíme do povařeného, vychladlého cukru a uložíme do studena do druhého dne. Poté se šípků cukr slijeme, přidáme k němu opět 35 *dkg* cukru, znovu jej povaříme, prochladlý nalijeme na šípky a opět ve studenu uložíme. Šestý den šípky z cukru vyndáme, cukr povaříme, načež do něho vložíme šípky a vaříme je 4 minuty. Vařené šípky urovnáme do láhve se širokým otvorem, cukr svaříme na třetí stupeň (nitka se netrhá) a horký a hustý nalijeme na šípky. Studené láhve povážeme dvakráte pergamenovým papírem a při 100° sterilisujeme 3 minuty.

Též můžeme šípky v celku zavařiti tak, že tvrdé šípky opatrně u stopky nakrojíme a tímto otvorem odstraníme opatrně tenkým dřívkem všechna jadérka, aby zůstal šípek celý. Pak zavaříme šípky jako půlené.

Rozpočet: 1 *kg* šípků - ½ *l* vody - 35 *dkg* cukru - 35 *dkg* cukru.

Pomorančová kůra v cukru I.

Pomorančovou kůru zbavíme částečně bílého vnitřku a vykrájíme z ní tvořítkem kolečka neb čtverečky, které necháme 4 dny ve studené vodě namočené. Každý den vodu vyměníme. Pátý den zahřejeme kůru ve studené vodě až téměř k bodu varu, dobře okapanou dáme do mísy, zalijeme cukrem svařeným na první stupeň a uložíme do studena. Šestý den cukr s kůry slijeme, povaříme jej na II. stupeň (nitka se trhá) a opět na kůru nalijeme. Sedmý den znovu cukr slijeme, svaříme jej na III. stupeň (nitka se netrhá) a opět na kůru nalijeme. Osmý den přidáme do slitého cukru s kůry lžičku bílého syrobu (bramborový syrob koupíme u materialisty), povaříme jej, načež do něho vsypeme kůru a necháme ji tak dlouho vařit, až se na ní cukr usazuje. Potom kůru vyndáme, na ploché míse usušíme a suchou uložíme do lahví. Také můžeme kůru při posledním vaření v cukru jen povařiti, uložiti do lahví a šťávou zalíti a povázané láhve uložiti ve studenu. Kůru upotřebíme do různých perníčků, chlebíčků, dortů atd. (viz Předpisy).

Rozpočet: Kolik si odvážíme kůry, tolik dáme cukru. Na ¼ *kg* cukru dáme ¼ *l* vody.

Pomorančová kůra v cukru II.

Pomorančovou kůru zbavíme bílého vnitřku a nakrájíme ji na čtverečky neb kolečka. Potom ji namočíme na 3 dny do studené vody. Každý den dáme čerstvou studenou vodu. Třetí den vložíme dobře okapanou kůru do málo osolené vařící vody a uvaříme ji skoro do měkka. Pak ji procedíme a dáme do svařeného cukru, ve kterém ji povaříme tak dlouho, až cukrem hodně nasákne.

Poté ještě teplou kůru obalíme na talíři v jemném krystalovém cukru a usušíme ji na suchém bílém papíře, načež ji dáme do sklenice, povážeme a v suchu uložíme. Kůru upotřebíme do cukrovinek a pod.

Rozpočet: na ¼ *kg* kůry - ¼ *l* vody - ¼ *kg* cukru - 7 *dkg* krystalového cukru na obalení.

Černé ořechy.

Zelené ořechy, nejlépe čerstvě trhané a pokud jsou uvnitř měkké (asi koncem června), propícháme špendlíky a máčíme je ve studené vodě tak dlouho, až všechny zčernají, což trvá 2—3 neděle. Každý den vodu vyměňujeme. Poté ořechy s čistou vodou přistavíme na oheň a zvolna je uvaříme do měkka. Pak je vybereme, dáme do mísy, nalijeme na ně svařený řídký cukr (na 1 *l* vody 20 *dkg* cukru) a uložíme je do studena. Druhý den ořechy vyndáme, do roztoku přidáme opět 20 *dkg* cukru, znova povaříme a na ořechy nalijeme. To se ještě jednou opakuje. Po čtvrté přidáme opět 20 *dkg* cukru, celý hřebíček, v celku skořici a znovu povaříme. Pak ořechy vložíme na 2 minuty do horké šťávy, vyndáme je, šťávu povaříme do husta a horkou nalijeme na ořechy a dáme vychladnouti. Potom láhve převážeme dvakráte pergamenovým papírem a sterilisujeme při 100° 8 minut.

Takto zavařené ořechy podáváme jako kompot s jiným ovocným kompotem neb jich používáme na ozdobení dortů a cukrovinek.

Rozpočet: na 1 *kg* ořechů celkem 1 *l* vody - 80 *dkg* cukru - 5 zrnek hřebíčku - 3 *cm* skořice.

Dýně I.

Pěknou, zelenou podélnou dýni rozkrájíme na pruhy, oloupáme je, měkkou dužinu vyškrábeme i s jádry, načež tuhou dužinu nakrájíme ozdobným nožem na kostečky. Také z ní můžeme kulatou lžičkou vykrájeti kuličky. Připravenou dýni dáme do čistého kastrolu, polijeme vinným octem a uložíme na 12 hodin do studena. Pak slijeme ocet do čistého kastrolu, přidáme k němu víno, citronovou šťávu, cukr a svaříme na III. stupeň. Pak tam vložíme dýni a vaříme ji tak dlouho, až je průhledná. Vybereme ji do čistých lahví, do šťávy přidáme kousek citronové a pomerančové kůry, bílého vnitřku zbavené a nakrájené na jemné nudličky, celou skořici a hřebíček. Šťávu svaříme hodně hustě a horkou nalijeme na dýni. Když láhve vychladnou, zavážeme je dvakráte pergamenovým papírem a sterilisujeme při 100° 5 minut. Takto můžeme zavařiti na kolečka nakrájená zelená rajská jablíčka.

Rozpočet: na 1 *kg* dýně ½ *kg* cukru - ¾ *l* octa - ⅛ *l* vína - 1 citron - s ½ pomeranče kůra - 3 *cm* skořice v celku - 5 hřebíčků.

Dýně II.

Připravíme a nakrájíme si dýni jako v předešlém předpise, dáme ji do kastrolu, zalijeme octem a necháme v něm do druhého dne (24 hodin). Druhý den ocet vylijeme, na dýni nalijeme ve vodě dobře povařený krystalový cukr a dáme uležeti do třetího dne. Pak postavíme dýni s cukrem na oheň a vaříme ji, až je průhledná, Potom ji

vybereme do lahví, do šťávy, ve které se vařila, přidáme bílé víno, skořici, hřebíček, citronovou šťávu i kůru, kousek pomorančové kůry a uvaříme ji do husta. Potom horkou šťávu nalijeme na dýni, a když vychladne, povážeme láhve dvakráte pergamenovým papírem a sterilisujeme při 100° 5 minut. Právě tak můžeme upraviti zelená, na kolečka nakrájená rajská jablíčka. Je-li dobře zavařená, netřeba ji sterilisovati.

Rozpočet: na ¾ *kg* dýně - ½ *l* octa - ½ *kg* cukru - ⅜ *l* vody - 2 citrony - s ½ pomoranče kůra - ⅛ *l* bílého vína - 3 hřebíčky - 3 *cm* skořice neb vanilky.

Ananasový meloun v cukru zavařený.

Žlutý ananasový meloun ne přezrálý rozpůlíme, ostrou lžící vydlabeme všechna jádra, každou půlku rozdělíme ještě na čtyři podélné díly, pak meloun oloupáme a nakrájíme na 3 *cm* dlouhé kousky (proužky). Takto připravený meloun vložíme do studené vody, do které jsme nakapaly citronovou šťávu, postavíme jej na plotnu a zahříváme. Když přešel první var, meloun odstavíme.

Zatím si povaříme ve vodě krystalový neb kusový cukr, do vařícího, odpěněného cukru vložíme dobře okapaný meloun a znovu jej zahříváme až do bodu varu. Nádobu s melounem odstavíme, přikryjeme ubrouskem a uložíme do studena do druhého dne. Pak meloun vyndáme, cukr přivedeme k varu, načež do něho meloun vložíme a znovu zahřejeme, až se začne vařiti. Poté opět meloun uložíme do studena. Třetí den opět šťávu povaříme nejdříve bez melounu a pak s melounem. Uvařený meloun urovnáme vrstevnatě do láhve s citronem, který jsme nakrájely na kolečka a zbavily jader, šťávu znovu povaříme s citronovou šťávou a když prochladne, nalijeme do láhve na meloun. Studenou láhev uzavřeme gumovým kroužkem a skleněným víčkem neb zavážeme dvakrát pergamenovým papírem a při 100° sterilisujeme 12 minut. Tento kompot jest velmi chutný, podává-li se se zavařenými brusinkami.

Rozpočet: na 1 *kg* melounu - 80 *dkg* cukru - ⅔ *l* vody - 1 citron.

c) Rosoly, šťávy, zavařeniny a povidla.

Jablkový rosol.

Neloupaná jablka opereme (mohou býti nezralá a padavky), rozčtvrtíme, zbavíme jádřinců, srovnáme do velkého kastrolu, zalijeme studenou vodou, aby byla maloučko potopena, a na mírném ohni je dusíme pod poklicí. Úplně měkká (ne rozvařená) přecedíme přes ubrousek. Při dušení ani při kapání se nesmí jablka míchati. Když šťáva dobře prokapala (nejlépe přes noc), svaříme ji na prudkém ohni stále sbírajíce pěnu. Když je asi na třetinu až čtvrtinu svařena, přidáme cukr (na 1 *l* prokapané šťávy 18 *dkg* jemného krystalového cukru). Šťávu vaříme s cukrem opět na prudkém ohni asi ½ hodiny a pěnu opět sbíráme dřevěnou lžicí. Lépe málo šťávy vařiti najednou. Po půlhodinovém varu kápneme tekutinu na studený talíř; neroztéká-li

se, jest rosol hotový. Horký rosol nalijeme rychle do vyhřátých horkých širokých lahví a úplně studený povážeme dvakráte pergamenovým papírem. Pěkně nakrájeným rosolem zdobíme cukrovinky neb dorty a i jako kompot pro děti jest velmi zdravý. Místo pergamenového papíru můžeme k uzavření lahví používati průhledné blány, je to nový osvědčený prostředek.

Rozpočet: na 1 *l* prokapané šťávy - 18 *dkg* cukru.

Rybízový rosol.

Rybízová zrnka ne přezrálá opereme, dřevěnou vidličkou otrháme a dáme do čisté nádoby na 3 minuty povařiti. Pak je protlačíme jemným žíněným sítem neb čistým plátnem. Šťávu odvážíme a na 1 *kg* šťávy přidáme 1 *kg* jemného krystalového cukru. Šťávu i cukr dáme zpět do kastrolu a vaříme prudce 10 minut. Při vaření sbíráme dřevěnou lžicí pěnu, která se při vaření tvoří. Horkou tekutinu nalijeme do vyhřátých širokých lahví, a když vychladnou, povážeme je dvakráte pergamenovým papírem a ve studenu uložíme.

Kdoulový sýr.

Kdoulová jablka neb hrušky otřeme utěrkou, zbavíme stopek a okvětí, rozčtvrtíme je, zbavíme jádřinců a dáme do kastrolu. Zalijeme je studenou vodou, aby byly potopeny, a pod poklicí udusíme do měkka. Pak je žíněným sítem prolisujeme a vaříme v kastrolu bez cukru, stále jimi míchajíce. Vaříme je tak dlouho, dokud se nám brázdy za vařečkou hned nezacelují. Je-li hmota takto hustá, přidáme cukr a mícháme na plotně asi 10—15 minut. Pak přidáme na nudličky jemně nakrájenou citronovou kůru i šťávu a loupané, na nudličky nakrájené mandle. Libovolnou formu (biskupský chlebíček, bábovku, malé formičky) vymažeme stolním olejem neb vylijeme studenou vodou, sýr do ní nalijeme a necháme 1 den oschnouti. Pak sýr vyklopíme na žíněné síto, přikryjeme pergamenem, aby se nezaprášil, a dáme na kamna 5 dní sušit. Potom ho upotřebíme do cukrovinek neb jej libovolně vykrájíme (čtverečky, hvězdičky atd.), potřeme bílkem a obalíme krystalovým cukrem. Kdoulový sýr jest dobrá cukrovinka pro děti, kterou můžeme zavěsiti i na vánoční stromek.

Rozpočet: na 1 *kg* kdoulí 1 *kg* jemného krystalového cukru - 5 *dkg* mandlí - 1 citron.

Malinová šťáva.

Zralé lesní maliny rozmačkáme v novém, čistém porcelánovém hrnku novou vařečkou, přikryjeme je talířem a dáme do studena na 2 dny. Potom je přecedíme plátěnou utěrkou a přikrytou šťávu postavíme na 2 dny do kuchyně. Pěnu, která z nich vykysala, sebereme dřevěnou lžicí. Čistý kamenný hrnek povážeme řídkým plátěným šatem a opět jím šťávu volně necháme protéci. Nyní šťávu odměříme a na 1 *l* šťávy připravíme 60 *dkg* jemného krystal. cukru. Potom ji rychle zahříváme bez cukru v čistém kastrole, ale zvolna vaříme asi 5 minut

(pozor, aby nevykypěla). Při vaření sbíráme s ní pěnu. Pak přidáme cukr a šťávu vaříme ještě asi 4 minuty. Šťáva musí býti řídká. Horkou nalijeme do horkých lahví, když vychladnou, uzavřeme je čistými, rozpařenými korky, zapečetíme pečetním voskem a ve studenu uložíme. Lžíce této šťávy smíšená s vodou poskytuje velmi občerstvující nápoj. Na tentýž způsob připravujeme rybízovou, jahodovou, ostružinovou šťávu a i šťávu z jiného ovoce můžeme upraviti tímto způsobem. Šťávy jmenovaného ovoce můžeme připraviti hned z vymačkaného ovoce bez kvašení. Šťávy nevykvašené jsou sice velmi chutné, ale ne tak čisté. Postup vaření je stejný.

Rozpočet: 2½ *kg* ovoce - 1 *kg* cukru. (Na 1 *l* šťávy 40 *dkg* cukru.)

Malinová šťáva z čerstvých malin.

Krystalový cukr a studenou vodu svaříme na druhý stupeň, při čemž s něho sbíráme nečistou pěnu. Pak slijeme do cukru plátěnou utěrkou prokapanou malinovou šťávu, rychle ji zahřejeme k bodu varu a zvolna povaříme 5—8 minut, sbírajíce tvořící se pěnu. Poté šťávu dáme trochu ustáti, aby se usadila zbývající pěna, kterou sebereme a šťávu ještě horkou naléváme do horkých lahví, které za studena vypláchneme rumem neb čistým lihem. Studené láhve zazátkujeme rozpařenými korky, zapečetíme pečetním voskem a ve studenu uložíme.

Šťávu naléváme též do patentních lahví, ale pak ji sterilisujeme při 100° 10—20 minut. Šťávu sterilisujeme úplně vychladlou až příští den. Právě tak můžeme připraviti šťávu jahodovou neb rybízovou, ale i z jiného ovoce.

Rozpočet: ½ *l* vody - 40 *dkg* cukru - ¾ *l* malinové šťávy.

Jahodová šťáva.

(Nevařená.)

Očištěné jahody dáme do porcelánového hrnce, zalijeme je studenou studniční vodou, přidáme vinnou kyselinu a necháme státi ve studenu 24 hod. Potom šťávu profiltrujeme a do čisté tekutiny přisypeme 1·5 *kg* jemného krystalového neb utlučeného homolového cukru a necháme jej v ní dobře rozpustiti. Hotovou šťávu nalijeme do lahví, které pováženme jen čistým hadříkem. Takto upravená šťáva dlouho vydrží a můžeme ji připraviti tímtéž způsobem též z malin, rybízu, angreštu a ostružin.

Rozpočet: 1 *l* ovoce - 1 *l* vody - 4 *dkg* vinné kyseliny - 1·5 *kg* jemného krystalového cukru.

Malinová šťáva.

(*S octem.*)

Přebrané lesní maliny na ovocném strojku prolisujeme. Prolisovanou šťávu dáme do okurkové láhve, přilijeme vinný ocet a dáme 5 dní na okno, kam svítí slunce. Vykvašenou šťávu dáme prokapati

přes čistou lněnou utěrku. Čistou šťávu odvážíme, přisypeme krystalový cukr a vše povaříme na prudkém ohni 10 minut. Pak šťávu nalijeme do čistých vyhřátých láhví, zazátkujeme a ve studenu a v suchu uschováme. Jest výborná.

Rozpočet: na 5 *kg* malin - ¼ *l* vinného octa a na 2½ *kg* šťávy - 2½ *kg* cukru.

Višňová šťáva.

Vyprané zralé višně utlučeme i s peckami, načež je procedíme. Na 1 *l* prokapané šťávy svaříme ¾ *l* vody s ½ *kg* cukru. Když je cukr úplně čistý, vlijeme do něho procezenou šťávu a povaříme ji 5 minut. Při vaření odstraníme se šťávy všechnu pěnu. Horkou šťávu nalijeme do horkých lahví, a když vychladla, láhve zazátkujeme, zapečetíme a ve studenu uložíme.

Citronová šťáva.

Ostrouháme na strouhátku 20 citronů, šťávu vymačkáme a procedíme ji bílým plátnem. Můžeme ji nechati do druhého dne ustáti, protože všechna zbývající dřeň klesne ke dnu. Svaříme 1 *kg* cukru v jednom litru vody, k tomu přilijeme očištěnou šťávu z citronů a pilně sbírajíce pěnu vaříme šťávu tak dlouho, až se zcela vyčistí. Pak ji nalijeme do láhve a sterilisujeme při 75° 15 minut. Horké láhve zazátkujeme a necháme ve vodě vychladnouti, načež je zapečetíme a ve studenu uschováme. Takto upravená šťáva dlouho vydrží a můžeme ji upotřebiti jak do vody, tak i do čaje v době, když jsou citrony drahé. Citronovou usekanou kůru naložíme do porcelánového hrnečku neb do sklenice. Dáme vždy vrstvu tlučeného cukru a vrstvu citronové kůry. Když je hrneček plný, zasypeme jej nahoře cukrem a povážeme pergamenovým papírem.

Též můžeme si připraviti citron do čaje takto: Nakrájíme jej na kolečka a s utlučeným cukrem jej vrstevnatě vložíme do sklenice a povázaný uschováme do studena.

Jahodová zavařenina.

Zralé lesní neb zahradní jahody prolisujeme hustým žíněným sítem do čistého kastrolu a pak je odvážíme. Na 1 *kg* prolisovaných jahod si připravíme 50 *dkg* cukru. Vaříme je bez cukru stále míchajíce nejprve tak dlouho, pokud se nám brázda za vařečkou hned nezaceluje. Pak přidáme cukr a zavařeninu vaříme ještě tak dlouho, až se kapka zavařeniny na studeném talíři neroztéká. Horkou zavařeninu nalijeme do horkých širokých lahví rumem vypláchnutých a dáme ji vychladnouti. Na zavařenině utvoří se pevný povrch, který není-li potrhaný, chrání celý obsah zavařeniny před vniknutím zárodků. Na tento povrch položíme kolečko pergamenového papíru, veliké jako průměr hrdla láhve. Kolečko potřeme rumem neb lihem a posypeme práškem salicylovým, načež láhev povážeme dvakráte pergamenovým

papírem, mezi který rovněž rozetřeme salicylový prášek, a uložíme zavařeninu ve studenu a v suchu. Takto připravujeme zavařeninu z lesních a zahradních malin, ostružin nebo zavařeninu míchanou z jahod a malin.

Rozpočet: na 1 *kg* prolisovaných jahod 50 *dkg* cukru - na 1 *kg* jahod 30 *dkg* cukru.

Rybízová zavařenina.

Bobulky zralého rybízu lehce opereme a syrové prolisujeme žíněným sítem, ovocným strojkem neb je dobře vymačkáme plátěným šatem. Protlačenou šťávu povaříme ¼ hodiny, pak přidáme na 1 *kg* šťávy 50—60 *dkg* cukru a vaříme tak dlouho, až kapka na talíři zůstává kulatá a po chvilce tuhne. Horkou zavařeninu nalijeme do vyhřátých lahví a úplně zchladlou upravíme a povážeme jako jahodovou zavařeninu.

Rozpočet: na 2 *kg* rybízu 60 *dkg* cukru. - Na 1 *kg* prolisované šťávy 50—60 *dkg* cukru.

Meruňková zavařenina.

Otřené zralé meruňky zbavíme pecek a s malou částí vody je rozvaříme. Pak prolisujeme horké meruňky žíněným sítem a nejprve je vaříme bez cukru, stále jimi míchajíce, a pak je vaříme s cukrem tak jako rybíz. Hotovou horkou zavařeninu nalijeme do lahví a studenou povážeme.

Rozpočet: na 1 *kg* prolisovaných meruněk 70—80 *dkg* cukru (čili na 1 *kg* meruněk 30 *dkg* cukru).

Višňová zavařenina.

Višně lehce opereme, pecky vyndáme a za syrova je prolisujeme (kyselé višně). Pak je svaříme nejprve bez cukru, pak s cukrem jako zavařeninu předcházející. Zavařeninu nalijeme do lahví a zchladlou povážeme.

Rozpočet: na 1 *kg* ovoce 30 *dkg* cukru. (Na 1 *kg* prolisovaného ovoce 75 *dkg* cukru.)

Rybízová a třešňová zavařenina.

Připravíme syrový rybíz jako na rybízovou zavařeninu (viz str. 450), načež do syrového prolisujeme pecek zbavené, syrové, černé třešně janovky a smíchanou zavařeninu na plotně stále míchajíce vaříme asi 20 minut. Pak přidáme jemný krystalový cukr a zavařeninu vaříme ještě tak dlouho, až kapka na talíři zůstává kulatá a po chvilce tuhne. Horkou nalijeme do širokých horkých lahví rumem vypláchnutých a studenou povážeme tak, jak jest popsáno při jahodové zavařenině, str. 450.

Rozpočet: na 1 *kg* rybízu 1 *kg* třešní a 60 *dkg* krystalového cukru.

Angreštová zavařenina.

Červený zralý angrešt zbavíme okvětí a stopek, podlijeme jej trochu vodou a na plotně rozvaříme. Potom jej prolisujeme žíněným sítem neb strojkem, svaříme na husto, přidáme jemný krystalový cukr a vaříme tak jako rybízovou zavařeninu. (Kapka na talíři zůstává kulatá a po chvilce tuhne.) Horkou zavařeninou naplníme vyhřáté láhve a studenou povážeme. (Na 1 *kg* angreštu 35 *dkg* cukru.) Přidáme-li do syrového prolisovaného angreštu prolisované maliny neb jahody a pak zavařeninu svařujeme společně nejdříve bez cukru, pak s cukrem jako v předešlých předpisech, obdržíme zavařeninu zvláště dobrou.

Rozpočet: na 1 *kg* angreštu ¼ *kg* lesních neb zahradních malin neb jahod a 50 *dkg* cukru.

Angreštová a rybízová zavařenina.

Připravíme a prolisujeme angrešt jako na angreštovou zavařeninu (str. 452). Do prolisovaného angreštu prolisujeme syrový rybíz a zavařeninu vaříme jako předešlou.

Rozpočet: na 1 *kg* angreštu ¼ *kg* rybízu a 35—50 *dkg* krystal. cukru.

Též prolisované meruňky smíchané s prolisovaným rybízem poskytují výbornou zavařeninu.

Rozpočet: 1 *kg* meruněk - ¼ *kg* rybízu - 50 *dkg* cukru.

Malinová a jahodová zavařenina.

Očištěné lesní syrové maliny a lesní jahody prolisujeme a vaříme nejdříve bez cukru, pak s cukrem jako zavařeninu jahodovou. Horkou zavařeninu nalijeme do lahví a studenou povážeme.

Rozpočet: na ½ *kg* malin ½ *kg* jahod a 30 *dkg* cukru (nebo na 1 *kg* prolisovaných malin 60—75 *dkg* cukru).

Též prolisované meruňky smíchané s prolisovanými malinami poskytují výbornou zavařeninu.

Rozpočet: na 1 *kg* meruněk ¼ *kg* malin a 40—50 *dkg* cukru.

Šípková zavařenina.

Pěkné, hodně červené šípky očistíme, okvětí a stopečku odstraníme, rozpůlíme a jadérka i chloupky dobře vyškrábeme. Potom šípky opereme, dáme do kastrolu, podlijeme vodou a rozvaříme, načež je horké prolisujeme žíněným sítem. Pak je dáme do čistého kastrolu a svaříme do husta. Přidáme cukr, znovu svaříme jako v předešlých předpisech, horkou zavařeninu nalijeme do vyhřátých lahví a studenou povážeme jako ostatní zavařeniny. Z této zavařeniny připravujeme šípkové cukrovinky (viz Cukrovinky).

Rozpočet: na 1 *kg* šípků 25—30 *dkg* cukru (neb na 1 *kg* prolisovaných šípků 50—60 *dkg* krystal. cukru).

Zavařenina z jablek a ostružin.

Oloupaná šťavnatá jablka neb hrušky rozčtvrtíme, zbavíme jádřinců, dáme do porcelánového kastrolu, podlijeme málo studenou vodou, přikryjeme poklicí a rozvaříme je. Poté žíněným sítem prolisujeme do čistého kastrolu, načež do nich prolisujeme syrové, očištěné ostružiny, dáme na plotnu a vaříme tak dlouho, pokud se nám brázda (cestička) za vařečkou hned nezaceluje. Potom přidáme krystalový cukr a vaříme zavařeninu ještě tak dlouho, až se kapka zavařeniny na studeném talíři neroztéká. Horkou zavařeninu nalijeme do horkých, lihem neb rumem vypláchnutých sklenic a zavážeme ji jako jahodovou (viz str. 450).

Rozpočet: na 1 *kg* kyselých jablek neb hrušek 1 *kg* ostružin a 50—60 *dkg* jemného krystalového cukru.

Míchaná zavařenina I.

Červená rajská jablíčka opereme, dáme do kastrolu a povaříme je. Pak je prolisujeme. Švestky hodíme do horké vody, zbavíme rychle slupky, pecek, rozvaříme je a prolisujeme do jablíček. Loupaná jablka a hrušky rozčtvrtíme, zbavíme jádřinců, podlijeme trochu vodou a jablka i hrušky, každé zvlášť, udusíme do měkka a pak prolisujeme do rajských jablíček a švestek. Takto smíchané ovoce svaříme na plotně jako každou zavařeninu, načež přidáme cukr a vaříme tak dlouho, až kapka na talíři zůstává kulatá a po chvilce tuhne. Horkou zavařeninu nalijeme do vyhřátých lahví a úplně studenou povážeme jako ostatní zavařeniny. Jest velmi dobrá. Tuto zavařeninu můžeme připraviti bez rajských jablíček, ale dáme jen ¾ *kg* cukru.

Rozpočet: 1 *kg* rajských jablíček - 2 *kg* švestek - 2 *kg* hrušek - 2 *kg* kyselých jablek - 1 ½ — 2*kg* krystal. cukru.

Míchaná zavařenina II.

Červená rajská jablíčka opereme a sítem nebo lisovacím strojkem prolisujeme do kastrolu. Zralá navinulá jablka oloupáme, rozčtvrtíme, podlijeme málo vodou a na ohni udusíme pod poklicí do měkka, načež je prolisujeme do rajských jablíček. Smíchanou zavařeninu bez cukru vaříme na plotně tak dlouho, pokud se nám cestička za vařečkou hned nezaceluje. Pak přidáme cukr (krystalový) a zavařeninu vaříme ještě tak dlouho, až se kapka zavařeniny na studeném talíři neroztéká. Horkou zavařeninu promícháme s ananasovou tresti a dokud je ještě horká, nalijeme do širokých vyhřátých lahví. Když zavařenina vychladla, láhve povážeme a ve studenu uložíme.

Rozpočet: 1 *kg* rajských jablíček - 3 *kg* obyčejných jablek - 1 ½ *kg* kryst. cukru - 4 kapky ananasové tresti na ¼ *l* láhev. Ananasovou tresť koupíme u každého materialisty.

Třená jahodová zavařenina.

Dobře zralé lesní nebo zahradní jahody prolisujeme a třeme 1 hodinu s tlučeným cukrem do pěny. Pak přidáme 1 lžíci rumu neb čistého

lihu a znovu utřeme. Čisté láhve lihem vypláchnuté naplníme zavařeninou a převážeme je dobře dvakráte pergamen. papírem. Potom láhve složíme na solí posypaný plech, prohřejeme je v mírné troubě, potom je v troubě necháme vychladnouti, načež je uložíme. Tuto zavařeninu můžeme v zimě upotřebiti na zmrzlinu.

Rozpočet: na 1 *kg* jahod 60—80 *dkg* cukru.

Pomerančová zavařenina.

Pomeranče i citrony očistíme vlhkým šatem, rozpůlíme je, odstraníme jádra a vytlačíme z nich šťávu do čisté porcelánové nádoby. Zbytek vytlačeného ovoce nakrájíme na tenké, hodně jemné řízky, dáme je do jiné nádoby a polijeme vodou pouze tolik, aby ovoce slabě kryla. Pak je postavíme na 24 hodin do studena. Vymačkanou připravenou šťávu nalijeme na ovoce a opět je necháme státi 24 hod., načež přidáme drobný krystalový cukr a směs vaříme 2 hodiny na mírném ohni, až zhoustne. Horkou zavařeninu dáme do horkých lahví, studenou převážeme jako v předešlých předpisech a uložíme je. Tuto zavařeninu můžeme požívati již po 2 týdnech.

Rozpočet: 12 pomerančů - 2 citrony a tolik cukru, kolik váží ovoce.

Zavařenina z mrkve.

Pěknou mrkev, nejlépe karotku, očistíme, vypereme, nakrájíme na kolečka. Potom ji vložíme do kastrolu, zalijeme málo studenou vodou a udusíme do měkka. Uvařenou mrkev umeleme na masovém strojku, načež ji dáme zpět do kastrolu, přisypeme tlučený cukr, přikapeme citronovou šťávu a zavařeninu vaříme, až přiměřeně zhoustne. Potom ji nalijeme do ohřátých lahví a převážeme pergamenovým papírem. Tato zavařenina jest velmi chutná a levná, ale nedá se dlouho uchovati.

Rozpočet: na 2 *kg* mrkve 60 *dkg* **cukru a ze 3 citronů šťáva.**

Angreštový jam (čteme džém).

Očištěný, opraný angrešt rozvaříme, sítem prolisujeme a pak na čistém kastrole povaříme rychle 25 minut. Do jiného kastrolu si dáme svařiti vodu s cukrem na III. stupeň (na nitku, která se netrhá). Do takto svařeného cukru vložíme pecek zbavené celé višně, nakrájené meruňky, očištěné celé maliny, jahody a bobulky rybízu. Vše povaříme jen 2 minuty (aby přešel var). Pak hned ovoce vyndáme. Do cukru, ve kterém se ovoce povařilo, zamícháme prolisovaný a povařený angrešt, vaříme jej 10—20 minut v cukru, načež přidáme v celku povařené ovoce, které povaříme opět 10 minut. Pak nalijeme jam do vyhřátých lahví, když utuhne, položíme na povrch rumem namočené kolečko z pergamenového papíru, posypeme salicylem a láhev převážeme dvakráte pergamenem, mezi který rozetřeme salicylový prášek. Takto zavazujeme každou zavařeninu a povidla.

Tímto způsobem můžeme též připraviti meruňkový jam. Do toho zamícháme 50 *dkg* ovoce, a to: višně, maliny, rybíz a jahody.

Tento jam je zvlášť jemný a dobrý. Tyto zavařeniny „jam" mažeme na chléb neb housky, zvláště dětem. Také je můžeme jísti k čaji. Nejvíce jsou oblíbeny v Anglii ve všech domácnostech, neboť jsou velmi zdravé a chutné. Můžeme jich používati též do pečiva.

Rozpočet: na 1 *kg* prolis. angreštu 80 *dkg* cukru - ¼ *l* vody - 50 *dkg* ovoce (višní, meruněk, rybízu, malin, jahod).

Rybízový jam (džém).

Opraný rybiz otrháme dřevěnou vidličkou, rozmačkáme jej a sítem prolisujeme do čistého kastrolu a povaříme 20—25 minut. V jiném kastrolu povaříme studenou vodu s krystalovým cukrem na III. stupeň (nitka se netrhá). Do vařeného cukru vložíme pecek zbavené višně, rozpůlené meruňky, velké zahradní jahody, lesní jahůdky, očištěné lesní maliny a ovoce povaříme 2 minuty. Potom je vyndáme na mísu, a cukr, v němž se ovoce vařilo, nalijeme na povařený prolisovaný rybíz a vaříme jej 10—20 minut, načež přidáme povařené celé ovoce a vše vaříme ještě asi 10 minut. Potom jam nalijeme do širokých horkých rumem vypláchnutých lahví a zavážeme jako angreštový jam (viz str. 454).

Rozpočet: na 1 *kg* prolisovaného rybízu 80—90 *dkg* krystal. cukru - ¼ *l* vody - 50 *dkg* ovoce (višně, meruňky, zahradní jahody, lesní jahody a maliny).

Jahodový jam (džém).

Připravíme jablečnou prokapanou šťávu podle předpisu na jablkový rosol (str. 447). Prokapanou šťávu dáme vařiti, při čemž sbíráme pěnu, aby byla šťáva úplně čistá. Pak přidáme krystalový cukr a vaříme dále, stále pěnu sbírajíce. Jakmile se pěna již netvoří, vložíme do vařící šťávy očištěné zahradní jahody a povaříme je pouze ¼ hod. Některé jahody zůstanou celé, některé v kouscích, což pro jam je nutné. Pak nalijeme jam do vyhřátých lahví, které studené zavážeme jako předešlé.

Tento jam můžeme připraviti též bez jablečné šťávy, ale není tak pěkný. Šťávu získáme tím, že jahody vrstevnatě složíme s cukrem do porcelánového hrnce, až pustí šťávu, což trvá 12—24 hod., kterou pak svaříme, odpěníme a zavaříme do ní jahody.

Rozpočet: 1½ *l* prokapané jablečné šťávy - 1¼—1½ *kg* krystalového cukru - 1¼—1½ *kg* velkých zahradních jahod.

Povidla.

Meruňková povidla.

Povidla meruňková připravíme jako zavařeninu jen s tím rozdílem, že rozvařené neloupané meruňky zavaříme na hustou kaši, načež je osladíme a povaříme do husta. Tvrdé meruňky podlijeme

trochu vodou, jsou-li měkké a šťavnaté, rozvaříme je bez vody. Horká povidla dáme do horkých lahví a studená zavážeme jako zavařeninu.

Rozpočet: na 1 *kg* meruněk 40 *dkg* cukru.

Borůvková povidla.

Pěkné přebrané, lehce oprané borůvky rozvaříme a necháme do druhého dne. Poté je svaříme do husta, přidáme cukr a znovu svaříme, až zhoustnou. Horká povidla nalijeme do horkých lahví a studená povážeme jako zavařeniny. Rozvařené borůvky můžeme též prolisovati a připraviti jako zavařeniny.

Rozpočet: na 1 *kg* borůvek ½ *kg* cukru.

Švestková povidla.

Hodně zralé oprané švestky zbavíme pecek, trochu je rozvaříme a dáme do druhého dne do studena. Pak stále jimi míchajíce uvaříme je hodně na husto. Hustá horká povidla nalijeme do čistých nádob, když vychladla, položíme na povrch rumem namočené kolečko z pergamenového papíru ve velikosti průměru nádoby a nádobu povážeme dvakráte pergamenovým papírem, mezi který rozetřeme salicylový prášek.

Poznámka. Při vaření veškerých povidel dbáme, aby nádoby nebo kastroly byly sdrátovány a aby celá plocha dna se stejně zahřívala. Pod ruku, kterou povidla mícháme, dáme si kastrol se studenou vodou, kterou častěji vyměníme, aby rozžhavená plotna nám nepálila na ruku. Vařečku máme s dlouhým držadlem, aby nás povidla nepostříkala a nespálila. Vymažeme-li kastrol čerstvým máslem, povidla se tak snadno nepřipálí.

Švestková povidla slazená.

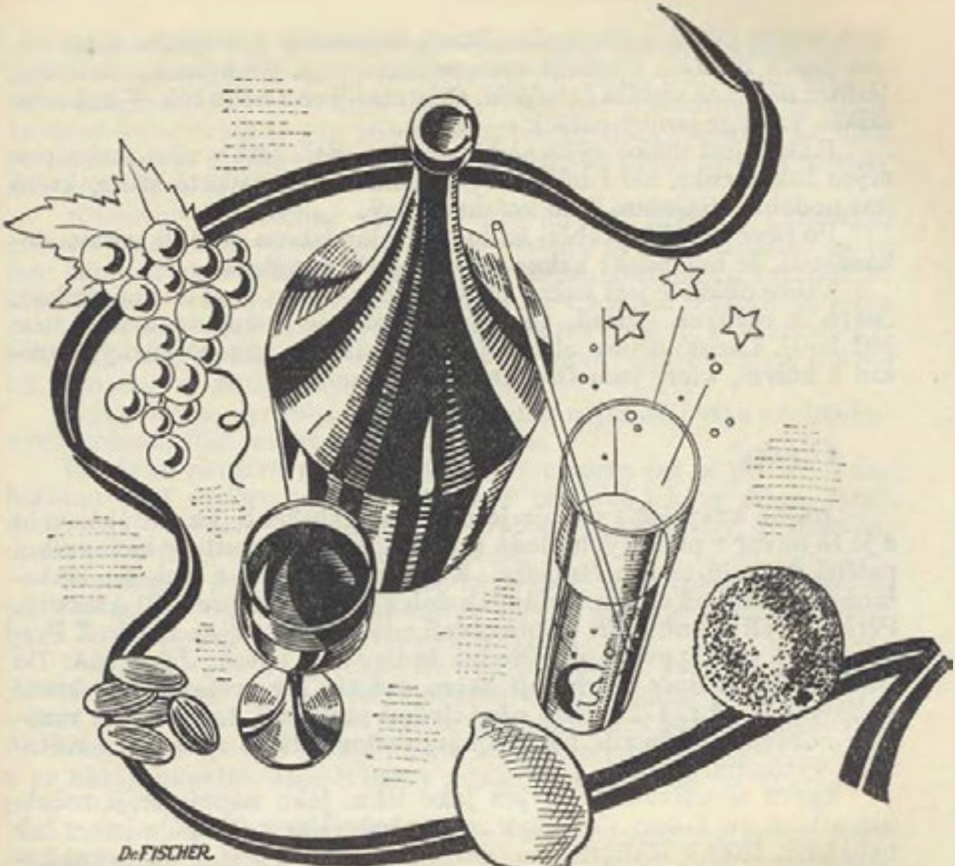
Oprané, pecek zbavené švestky rozvaříme a prolisujeme. Pak přidáme do nich dobrý vinný ocet neb citronovou šťávu a uvaříme je do husta, načež přisypeme cukr a znovu je povaříme jako zavařeniny. Horká povidla nalijeme do vyhřátých nádob a studená upravíme jako v předešlém předpise.

Rozpočet: na 2½ *kg* zralých švestek 40 až 50 *dkg* krystal. cukru a ¼ *l* vinného octa neb z 5 citronů šťáva.

Hrušková povidla.

Šťavnaté oprané hrušky rozkrájíme, zbavíme jádřinců, vložíme do kastrolu, podlijeme oslazenou vodou, přikryjeme poklicí a udusíme do měkka. Pak poklici odstraníme a stále míchajíce uvaříme je do husta. Přidáme cukr a znovu uvaříme do husta. Horká povidla nalijeme do horkých sklenic, studená povážeme pergamenem a sterilisujeme při 100° 10 minut. Takto si připravíme též jablková povidla. Obojí povidla nemusíme sterilisovati, ale pak je musíme dosti brzo spotřebovati, neboť se snadno kazí.

Rozpočet: na 2½ *kg* ovoce 70—80 *dkg* cukru.



XVII. NÁPOJE

Kakao, káva, čaj.

Stejně důležitým jako pokrm jest pro člověka i nápoj. Podává se nám jednak v pokrmech tekutých, jako je polévka nebo kakao, káva, čaj, jednak jako voda.

Voda jest nejpřirozenějším nápojem člověka, neboť vyhovuje nejlépe požadavkům jeho organismu. Bohužel se jí mnohdy opovrhuje a dává se přednost nápojům lihovým, které sice člověka zdánlivě posilují, ale poněvadž obsahují alkohol, jsou vždy zdraví škodlivé.

Kakao, káva, čaj jsou nápoje teplé a jsou zároveň pokrmem. *Kakao* jest ze všech těchto tří nápojů nejvýživnější. Do našich obchodů přichází v podobě hnědého prášku, který rozvařený v oslazeném mléce skýtá nápoj velice chutný a výživný. Získává se ze zra-

lých semen plodů kakaovníku, který se pěstuje v tropech. Jeho původ jest v Brazilii. Usušená zrna se rozemílají, čímž vzniká kakaové těsto, z něhož se vyrábí čokoláda. Odstraní-li se z něho tuk — kakaové máslo, vznikne jemný prášek — kakao.

Kakao jest velice výživné hlavně pro děti. Jest v něm zastoupen nejen tuk a cukr, ale i bílkoviny a teobromin, dusíkatá látka, která jest podobného složení jako kofein v kávě.

Po prvé začali vyráběti kakao v Holandsku a dosáhli takové dokonalosti, že holandské kakao dosud platí za nejlepší.

Velice důležité jest kakao při výrobě *čokolády*. Jest to směs kakaa, cukru a různých přísad. Čím více obsahuje čokoláda kakaa, tím jest lepší. Laciné druhy obsahují málo kakaa a mnoho různých přísad a koření, které jsou často nestravitelné.

O kávě.

Jméno kávy jako nápoje je původu arabského (kavah či kaveh) a je to odvar z pražených plodů (bobulí) tropické rostliny kávovníku, patřící do rodu rostlin Rubiaceí. Kávovník pochází z Habeše; Habešané jej pěstili už od nepamětných dob a od nich to převzali Arabové. Peršané byli první, kteří připravovali odvar z kávových zrnek. Z Persie dostal se kávovník do Přední Indie, na Ceylon, Jávu atd. Do Brazilie, která dnes produkuje skoro dvě třetiny světové žně, dostal se kávovník až r. 1723, tedy před dvěma stoletími, teprve však mnohem později nabylo zde pěstění kávovníku většího rozsahu a světového významu.

Zprvu se užívalo kávy jen jako léku, jako nápoje se jí začalo užívati až asi kolem 15. století, a to především v říši půlměsíce; tak bylo už r. 1638 v Kahýře přes 2000 kaváren. V Paříži byla první kavárna zřízena r. 1671, ve Vídni r. 1683, v Praze v r. 1710 armenský obchodník Georgius Deodatus Damascenus prodával kávu po ulicích a v r. 1714 si zřídil první kavárnu v domě č. 182 (roh Liliové a bývalé Jesovitské ul.) na Starém městě pražském.

Uzrálý plod kávovníku, t. zv. třešeň kávová, se sbírá, suší, loupe a zbavuje blan a slupek. Zrnková káva se rozesílá ve stavu zeleném, používati se tak ovšem nedá a nutno ji před použitím pražiti. Pražením se objem její zvětší, ale ubude jí na váze a přitom zhnědne. Nejznámější druhy kávy jsou: Rio, Santos, Java, Ceylon, Menado a mokka různé provenience.

Podstatnou součástí kávy, vznikající při pražení, je vedle rostlinného jedu (alkaloidu) *kofeinu* též olej coffeol, vonící po kávě. Vlivem kofeinu v kávě obsaženého má požívání odvaru pražené kávy za následek rychlejší a silnější činnost srdce, příjemné povzbuzení nervové činnosti, zvýšený pocit tepla. Káva působí jako prostředek podporující trávení (černá káva po jídle), zahání ospalost, dodává dobré nálady a je dobrým protijedem při otravě alkoholem. Hasí dobře žízeň, zvláště v parnu, při únavě po těžké tělesné či duševní práci a po namáhavých sportovních výkonech vzpružuje a osvěžuje jako žádný jiný nápoj.

Blahodárný vliv kávy na zažívací orgány spočívá v tom, že obsahem svých hořkých látek, vzniklých při pražení, podporuje vylučování žaludečních šťáv v míře daleko větší než jiné nápoje, kteréžto zvýšené vylučování je pro tělo osvěžením. Při tom působí v žaludku podobně odvar pouhé zrnkové kávy jako odvar dobré kávové přísady neb náhražky.

Kávoviny (povšechné označení pro kávové přísady, náhražky, cikorku) mají v kávě mnohem větší význam, než se všeobecně za to má: tlumí účinek kofeinu a činí kávu plnější, chutnější a kořenitější. Dávají kávě krásnou barvu a jemnou vůni a značně ji zlevňují, ježto se ušetří zrnek, mají tedy význam nejen zdravotní, ale i hospodářský. Patří jak do bílé, tak i do černé kávy a jen káva obzvláště silná (turecká či mocca) se může obejíti bez přísady.

Kávoviny se vyrábějí z různých plodin, nejčastěji však z čekankových kořenů, fíků, cukrovky, žita a sladu.

U nás se používá nejvíce čekankové cikorie, jež se pro svou nahořklou chuť nejlépe pojí s chutí kávy zrnkové i kávy žitné. Méně rozšířená je cikorie „mandlová", vyrobená z cukrovky, a fíkovka, vyrobená z fíků; obě jsou chuti nasládlé.

Z obilných káv užívá se u nás káva *sladová*, vyrobená z pravého ječného sladu, chuti trochu nasládlé, nejvíce však je u nás rozšířena káva žitná, patrně pro svou nahořklou chuť.

Nejméně výživný z těchto tří nápojů jest *čaj*. Jsou to usušené a zvláště upravené lístky keře čajovníkového. Původní jeho vlast jest v Číně, nyní však se pěstuje i v ostatním tropickém pásmu. Několikrát do roka se odřezávají lístky tohoto keře, které jsou podlouhlé, tuhé a na okraji pilovité. Jsou-li lístky mladé, jsou porostlé na spodu jemným chmýřím.

Podle úpravy těchto lístků máme buď čaj *zelený* neb *černý*. Rozdíl při úpravě je ten, že čaj se dává do košů zapařiti, čímž ztmaví, nabude však příjemné vůně. Čaj zelený se ihned suší, a proto si zachová pěknou zelenou barvu.

V Americe jest více oblíben čaj zelený, u nás čaj černý. Dobrý čaj má příjemnou chuť i vůni, barva jeho jest zlatová. Domorodci pijí odvar čistý, u nás však se obyčejně sladí a pije se s různými lihovinami, s koňakem neb rumem, nebo se do něho lije mléko, citronová šťáva, zavařeniny a p.

Rozpočet na vaření čokolády a kakaa.

Na jeden šálek $^{3}/_{16}$ *l* veliký počítáme tolikéž mléka, ½ tabulky čokolády (1½ *dkg*) a 1 až 2 kostky cukru. Na šálek kakaa počítáme 1 rovnou kávovou lžičku kakaového prášku a 3 kostky cukru, $^{3}/_{16}$ *l* mléka.

I. způsob: rozstrouhanou čokoládu vsypeme do studeného, odměřeného mléka neb smetany a stále míchajíce ji povaříme.

II. způsob: změklou čokoládu rozmícháme s několika lžícemi vlažného mléka na hladkou kaši a vlijeme ji, stále mlékem míchajíce, do ostatního mléka a povaříme. Do šálku dáme (pro zlepšení při bohatší svačině) žloutek a stále jím míchajíce, nalijeme do něho čokoládu.

K čokoládě podáváme na skleněné míse upravenou šlehanou smetanu.

Vaření kakaa: V několika lžicích studeného mléka rozmícháme kakao na hladkou kaši, vlijeme ji do vařícího mléka a povaříme.

K čokoládě a ke kakau podáváme jemnější pečivo nežli ke kávě, na př.: biskupský chlebíček, drobné cukroví, suchar atd. Nikdy nemají býti zákusky z kynutého těsta neb dokonce sladké krémy.

Rozpočet kávové svačiny pro 5 osob.

Na silnou *černou* kávu dáme na 1 litr vody 6 až 8 *dkg* jemně mleté zrnkové kávy a 1—2 *dkg* (2—4 kávové lžičky) čekankové cikorie.

Na 1¼ *l bílé* kávy stačí 2 *dkg* (5 kávových lžiček) kávy zrnkové a 1 *dkg* (2 lžičky) čekankové cikorie.

Vaří-li se káva ze *žitné* kávy, dají se na 1 litr vody 2 lžičky (2 *dkg*) dobré žitné kávy a 1½ *dkg* (3 lžičky) čekankové cikorie; zrnkové kávy možno přidati podle libosti.

I v tom případě, používají-li se jiné přísady, je dobře přidati do kávy malou dávku čekankové cikorie, jež jí dodá správné kořenité chuti.

Továrníci kávovin prodávají své výrobky v původních balíčcích, označených firmou a ochrannou známkou, na př. kávovým mlýnkem atp. Obilí doma pražené aneb prodávané z pytlů má jen nepatrné množství látek extraktivních (rozpustných) a proto se používání jeho nedoporučuje.

Mléka se na 1 litr černé kávy spotřebuje asi ¼ až $^1/_{16}$ *l, cukru* 4—8 *dkg* na 1 *l*; jedna kostka cukru váží 5—7 gramů.

Pravidla na vaření kávy.

Kávu vařme vždy v čistě umytém hrnci, jehož k jiným účelům nepoužíváme. *Voda* musí býti bezpodmínečně čerstvá, ať už studniční či z vodovodu (odtočená). Kávovou přísadu nutno dáti hned do studené vody a nechati dobře povařiti. Doporučuje se používati osvědčených známek, neboť dobrá přísada chuť každé kávy pozvedne a doplní. Poslední dobou přichází do obchodu i cikorie *dělená* v kolečkách a kostkách různé velikosti a jakosti. Jde-li o výrobek solidní firmy, lze užívání kostkové cikorie jen doporučiti, je s ní méně práce a docílí se kávy vždy stejné chuti a barvy.

Zrnkovou kávu berme jen čerstvě praženou, nemelme ji do zásoby, nýbrž vždy jen tolik, kolik je třeba na jednu várku. Mletou kávu nasypme až do vařící vody a nechme jen vzkypěti, nikoli vařiti, neboť vařením by vůně kávy vyprchala a ze zrnek by se vyluhovalo mnoho třísloviny, čímž by ovšem káva na chuti nezískala.

Používáme-li kávostroje, uvaříme si zvlášť cikorkový odvar, případně odvar žitné kávy s cikorkou, načež umletou zrnkovou kávu napěchujeme na sítko kávostroje a lijeme na ni zvolna vřelý odvar cikorkový.

Kávu nevařme nikdy do zásoby, nýbrž vždy jen tolik, kolik se jí najednou vypije, a na stůl ji podávejme horkou, neboť taková je

nejchutnější. Mléko k ní podávejme jen čerstvé, plnotučné, nikoliv mléko ohřívané. Ohříváním ztrácí mléko a tím více ovšem káva to hlavní: aroma a chuť. Máme-li hosty, ozdobme kávu navrch šlehanou smetanou a podejme k ní bratislavské rohlíčky, kynutou neb třenou bábovku a pod. Nemáme-li pečiva, dostačí i čerstvé rohlíky od pekaře aneb dobrý chléb s čerstvým máslem.

Rozpočet na vaření čaje.

Jedna rovná kávová lžička jemného čaje pro 3 osoby. Na jednu osobu počítáme ¼ *l* vody a na jeden šálek nejméně 3—4 kostky cukru.

Vaření čaje: *I. způsob:* Čaj na cedníčku prolijeme studenou vodou, zbavíme jej tím nečistoty, a hodíme jej do vařící vody. Čaj hned odstavíme (nesmí se vařiti!) a necháme ve vodě tak dlouho, až má zlatovou barvu. Pak jej hned scedíme.

II. způsob: čajovou konvici vypláchneme vařící vodou. Odměřený čaj prolijeme na sítku studenou vodou a pak lijeme hned do konvice vařící vodu.

III. způsob: studenou vodou propláchnutý čaj vložíme do čajové konvice a nalijeme naň tolik vařící vody, kolik jest třeba tresti, a necháme tam podle libosti (vařiti se nesmí). Tresť tuto upravujeme, jen když je samovar. Hosté si nalijí do šálku z malé konvice trochu tresti a ostatní dolévají vařící vodou ze samovaru. (V samovaru se čaj neupravuje.) Vaří se v něm jenom voda na dolití tresti. K čaji podáváme vedle sladkých i slané zákusky.

Čajový večírek. K čaji podáváme na kolečka nakrájený citron, rum, šlehanou smetanu neb vařenou smetanu, jemnou zavařeninu neb james. Obložené housky, plněné housky (viz Harlekýnský chlebíček), housky potřené sardelovým máslem nebo obložené paštikou, slané tyčky. Potom podáváme buď lososa s majonézou (viz Ryby), studené omáčky nebo obloženého candáta. Na konec čajové svačiny podáváme zákusky, drobné cukrovinky (sušenky, oříškové rohlíčky), oplatkový dort, studený krém neb zmrzlinu, ovoce a jemné víno.

Šípkové víno.

Pěkné červené šípky zbavíme okvětí, stopek, opereme je a po stranách jemně nařízneme. Pak dáme šípky do 5 *l* láhve s malým hrdlem. Zvlášť si povaříme cukr s vodou (asi 5 minut vařiti), procedíme jej ubrouskem a studený cukr nalijeme na šípky, načež láhev pevně povážeme dvakráte pergamenovým papírem a v teplém místě necháme stát asi 6—10 neděl. Lahví nesmíme hnouti, ani ji otvírati. Když poslední šípek spadne dolů, slijeme opatrně víno pomocí nálevky a čisté vaty do čistých lahví, zazátkujeme je a ve studenu uložíme na rok. Čím jest víno starši, tím jest lepší. Na zbylé šípky v láhvi nalijeme znovu uvařený čistý cukr (stejné množství) a za další 3 neděle je víno opět hotovo. Slijeme je opět, zazátkujeme a uložíme. Druhé víno jest chutnější prvého. Právě tak připravujeme víno z trnek a ostružin.

Rozpočet: na 3 půllitry šípků 1·70 *kg* cukru a 3 litry vody.

Fíkové víno.

Pěkné sušené fíky nakrájíme a dáme do 5litrové okurkové láhve. Zvlášť si povaříme ve vodě cukr (5 minut), procedíme jej a studený nalijeme na fíky. Potom přidáme vinné kvasnice. Láhev převážeme papírem, který silnou jehlou několikráte propícháme. Připravené víno necháme při stejnoměrné teplotě vykvasiti 4 neděle. Lahví nesmíme hýbati ani ji otvírati. Když spadnou všecky fíky i zrnečka ke dnu, slijeme opatrně víno do čistých lahví a zazátkujeme a zatím uložíme ve studenu. Na zbylé fíky ve sklenici nalijeme znovu vařený, studený cukr a bez kvasnic necháme láhev převázanou, opět při stejnoměrné teplotě vykvasiti 5—6 neděl; potom slijeme víno, smícháme s prvním vínem a promíchané čisté víno nalijeme do čistých lahví, zazátkujeme a uložíme na 14 dní. Po této době usadí se na dně láhve vinná usazenina z kvašení. Proto vyčistíme víno přes filtrační papír, nalijeme do čistých lahví, zazátkujeme rozpařenými novými zátkami a uložíme v písku do sklepa. Čím starší a uleženější víno jest, tím je lepší a chutná jako malaga. — Kvasnice a filtrační papír koupíme u materialisty.

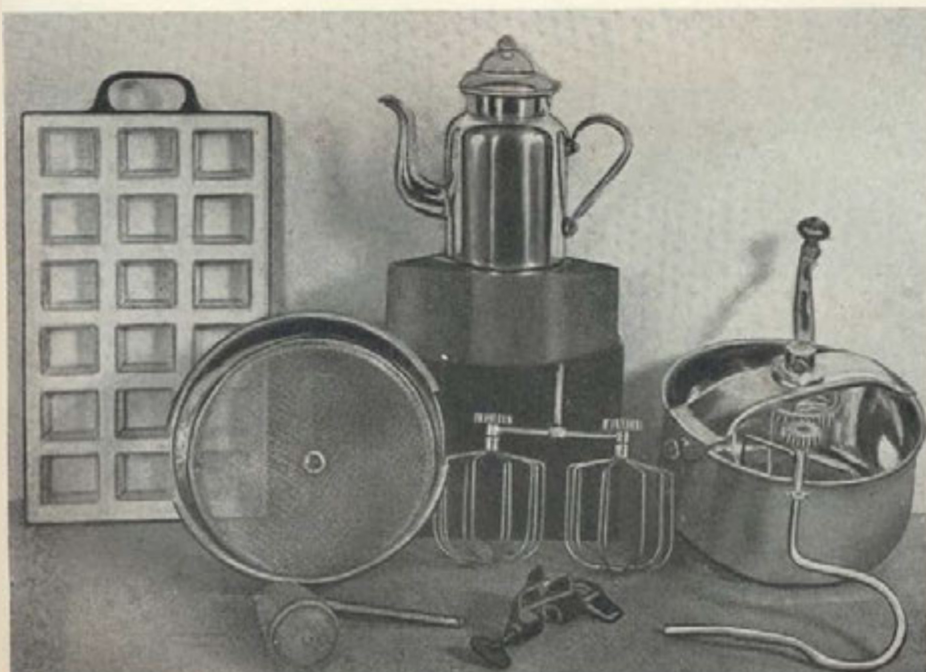
Rozpočet: 1 *kg* fíků - 5litrová láhev - 3 *l* vody - 70 *dkg* cukru - 1 *g* vinných kvasnic - filtrační papír na čištění vína.

Víno angreštové nebo rybízové.

Dobře vyzrálé ovoce (angrešt nebo rybíz) dáme i se stopkami do dřevěné nádoby a necháme v ní asi týden, aby ovoce změklo a počalo kysati. Denně je musíme promíchati, aby neplesnivělo, a přikrýti, aby se neznečistilo prachem. Když ovoce dosti změklo, počneme je lisovati. Zaopatříme si jednoduchý domácí lis, který je již dnes poměrně dosti levný, protože lisování se sáčky jest velmi obtížná práce. Vylisovanou čistou šťávu smícháme se stejným dílem vody (1 : 1). Na 1 *l* směsi přidáme pak 40 *dkg* tlučeného cukru neb dobrého medu a naplníme nádobu, nejlépe soudek od vína, až do tří čtvrtin tak, aby tato směs mohla kysati. Poté nádobu zátkou jen lehce uzavřeme a uložíme v místnosti, kde neklesá temperatura pod 12° C. Aby se šťáva s cukrem dobře sloučila, jest nutno asi po 8 dní denně dřevěnou hůlkou šťávu promíchati nebo soudkem zahýbati. Druhý týden stačí promíchati víno třikráte, třetí a čtvrtý týden jen dvakráte. Pak soudek uzavřeme a dáme do místnosti, kde nemrzne. V této místnosti zůstane víno až do doby, kdy se nové zralé ovoce počne opět česati. Po této době stáčíme víno do lahví tak dlouho, až přijdeme na kvasnice (na usazeninu v sudě). Víno však můžeme stočiti i píti za kratší dobu v tom případě, když bylo ponecháno v teplejší místnosti a prodělalo proces kvašení za kratší dobu. Kvalita vína však jest závislá hlavně na jeho stáří. Čím jest víno starší, tím je lepší. Zdálo-li by se nám víno příliš silné a málo sladké, což závisí právě na jeho stáří, můžeme na každý litr vína přidati ještě několik *dkg* cukru nebo medu. V tom případě však musíme nechati víno opět po nějaký čas v soudku a jest nutno víno opět řádně promíchati. Velikou výhodou jest, že víno takto získané nevyžaduje žádného ošetřování nebo přilévání, ať je nádoba



Bomby a stroj na zmrzlinu, formy, špachtle, miska k podávání zmrzliny, thermovka na zmrzlinu.



Pekáč na krajové buchtičky, stroj na hnětení těsta, kávostroj.



Kávovník.



Kavostroj.

zcela nebo jen zčásti plná. Víno tím naprosto netrpí a udrží se stejné. V malém množství dá se toto víno vyráběti i v lahvích. Postup výroby jest stejný, jak bylo již uvedeno. Láhve však nesmějí býti plné a těsně uzavřené, neboť by při kvašení praskly. Při výrobě tohoto vína nesmíme míchati plody červené s bílými. Je nutno dáti každé zvlášť.

Víno borůvkové.

Borůvky rozmačkáme a postavíme na týden do chladného místa, načež je nejjemnějším sítem procedíme. Na 1 *l* šťávy dáme 25 *dkg* cukru, vše vlijeme do malého soudku, který nezcela naplníme. Po dobu, kdy víno kyše, ponecháme sud ve sklepě a nehýbáme jím. Pak jej dolijeme svařenou vodou a necháme dále ležeti. Po půl roce víno slijeme do lahví, uzavřeme a uschováme. Čím je starší, tím je chutnější.

Třený vaječný koňak I.

Prosátý moučkový cukr, žloutky, vanilkový prášek neb utlučenou prosátou vanilku třeme v míse 15 minut. Pak přidáváme svařené *vychladlé* mléko neb smetanu a naposled zamícháme čistý líh. Dobře umíchaný koňak nalijeme do čistých lahví, zazátkujeme je a zapečetíme.

Rozpočet: 4 žloutky - 25 *dkg* cukru - 1 vanilkový prášek (neb 2 *cm* vanilky) - ½ *l* svařeného vychladlého mléka neb smetany a 12 *dkg* čistého lihu.

Jiný rozpočet na třený koňak: 8 žloutků - 30 *dkg* cukru - tluč. vanilka - ½ *l* svařené vařící smetany - $^1/_8$ *l* lihu.

Vaječný koňak II.

V kotlíku zamícháme v syrovém mléce neb smetaně vanilku v celku, moučkový cukr a žloutky. Kotlík s obsahem postavíme do kastrolu s horkou vodou a na plotně šleháme, až zhoustne. Pak jej dáme vychladnouti, vanilku vyndáme (usušenou můžeme upotřebiti do buchet) a zamícháme do něho $^1/_8$ *l* čistého lihu.

Rozpočet: ½ *l* mléka - 20 *dkg* cukru - 3 *cm* vanilky - 8 žloutků - ⅛ *l* lihu.

Jiný rozpočet: 1 *l* mléka - 5 *dkg* čajového másla - 35 *dkg* cukru - 12 žloutků - 3 *cm* vanilky - $^3/_{16}$ *l* lihu. - Postup je stejný, avšak do mléka přidáme ještě máslo.

Višňový likér.

Pěkné višně (kyselé) vypereme a na sítě osušíme. Poté je vložíme do velké láhve (okurkové), přidáme k nim 5 višňových jadérek, fíky, celou skořici, zázvor, hřebíček, v cukru naložený puškvorec (nakládá se jako pomorančová kůra), v cukru naloženou pomorančovou kůru, kousek citronové kůry zbavené bílého vnitřku, sladké mandle, samožitnou kořalku, čistý líh a tlučený cukr. Dobře vše promícháme a dáme na 6 neděl na místo slunci dobře přístupné. Poté likér slijeme do lahví,

zazátkujeme je a uschováme. Z višní můžeme připraviti ještě jednou likér tímtéž způsobem.

Rozpočet: na 2 *kg* višní 3 fíky - 3 *cm* celé skořice - zázvor, hřebíček - 1 kousek puškvorce - 1 *dkg* sladkých mandlí - jádra z pecek - 4 kolečka naložené pomerančové kůry - 3 cm^2 citronové kůry - 1 *l* žitné kořalky - ¼ *l* čistého lihu - 40—50 *dkg* cukru. Místo kořalky a lihu můžeme dáti 1 *l* koňaku.

Borůvkový likér.

Pěkné velké zralé borůvky přebereme, dáme do kamenného neb porcelánového hrnce a ve studenu necháme 3 dny. Pak borůvky přes plátno vytlačíme, odměříme, dáme do kastrolu a právě tolik, kolik jest šťávy, odměříme studené vody, nalijeme ji na borůvky, přidáme k nim celou skořici, hřebíčky a v cukru naloženou pomerančovou kůru neb puškvorec. Smíšeninu povaříme na plotně ½ hodiny. Pak ji znovu procedíme a odměříme. Zvlášť si povaříme ve vodě cukr 8—10 minut. Do vařícího cukru nalijeme šťávu, promícháme, a když prochladne, přilijeme čistý líh, zamícháme a likér nalijeme do čistých lahví, zazátkujeme, zapečetíme a uschováme.

Rozpočet: 2 *kg* borůvek - kolik šťávy, tolik vody - 4 *cm* skořice - 2 hřebíčky - 3 *dkg* pomerančové kůry v cukru neb puškvorce - na 2 *l* vařené šťávy ¼ *l* vody - ½ *kg* cukru - ½ *l* čistého lihu. Láhve, zátky, pečetní vosk.

Meruňkový likér.

Lehce oprané zralé meruňky rozpůlíme nebo upotřebíme jen meruňkové slupky. Dáme je do kastrolu, polijeme studenou vodou a necháme 24 hodin stát. Poté vodu s meruněk slijeme, přidáme do ní cukr a vaříme 12 minut. Pak vše procedíme plátnem, aby byl likér úplně čistý, přidáme k němu rum neb koňak a líh. Pak nalijeme likér do lahví, zapečetíme je a uschováme. Z meruněk uvaříme povidla.

Rozpočet: na 1 ¼ *kg* meruněk neb slupek 1 *l* vody - ½ *kg* cukru - ⅛ *l* rumu neb koňaku a ¼ *l* čistého lihu.

Pomerančový likér.

Do láhve do čistého dobrého lihu namočíme bílého vnitřku zbavenou a na nudličky nakrájenou pomerančovou kůru a šťávu z 1 sladkého pomoranče. Dobře uzavřenou láhev necháme státi 20 dní. Poté si ve vodě 20 minut povaříme cukr a dáme jej vychladnouti. Pomerančovou kůru procedíme a šťávu z ní nalijeme do studeného vařeného cukru. Dobře vše promícháme, znovu plátnem procedíme, nalijeme do lahví, zazátkujeme, zapečetíme a uschováme.

Rozpočet: s 10 pomerančů kůra a z 1 šťáva - ½ *l* čistého lihu - 1 *l* vody - ¾ *kg* cukru.

Opálový likér.

Dobré svařené mléko smícháme s krystalovým cukrem. Pak přidáme citronovou šťávu, vanilku a čistý líh. Likér dobře promícháme

a dáme uležeti na 10 dní. Každý den likér dobře protřeseme. Hotový likér procedíme neb jen vanilku odstraníme. Likér má lesk jako opál.

Rozpočet: ¼ *l* mléka - 50 *dkg* drobného krystalového cukru - 1 citron - ½ lusky vanilky - ¼ *l* čistého lihu.

Jahodový likér.

Pěkné zralé lesní neb zahradní červené jahody dáme do láhve, nalijeme na ně líh, přidáme k nim celou skořici a hřebíček, načež láhev pevně uzavřeme a postavíme ji na 6 neděl na slunné místo. Lahví častěji zatřepeme. Pak uvaříme ve vodě cukr (20 minut), dáme jej vychladnouti, přidáme k němu procezenou šťávu s lihem z jahod, znovu přecedíme a čistý likér nalijeme do lahví, které zazátkujeme, zapečetíme a uschováme. Právě tak připravujeme likér z malin.

Rozpočet: na 1 *kg* jahod neb malin ¾ *l* lihu - 3 *cm* skořice v celku - 4 hřebíčky - ½ *l* vody - ½ *kg* cukru.

Ořechový likér.

Nezralé ořechy rozkrájíme, namočíme je do vody do druhého dne. Potom vodu slijeme, ořechy dáme do láhve, nalijeme na ně dobrou žitnou kořalku neb čistý líh, načež láhev postavíme na slunné místo a necháme stát 30 dní. Potom kořalku slijeme do jiné láhve a zatím uschováme. Na ořechy nalijeme čistou žitnou kořalku a čistý líh, přidáme celý hřebíček, kousek celé skořice, v cukru naloženou pomerančovou kůru a ve vodě na nitku povařený vychladlý cukr. (Cukr vaříme ve vodě 15 minut.) Láhev s ořechy postavíme opět na slunné místo na 14 dní. Konečně kořalku s ořechů slijeme, přilijeme do ní uschovanou kořalku, obě dohromady promícháme, přecedíme čistým plátnem, nalijeme do lahví, zazátkujeme, zapečetíme a uschováme.

Rozpočet: 35 kusů nezralých zelených ořechů - 1½ *l* dobré žitné kořalky neb 1 *l* lihu.

Po druhé: ⅛ *l* žitné kořalky a ¼ *l* lihu - 5 hřebíčků - 5 *cm* celé skořice - 5 koleček pomerančové kůry v cukru - ½ *kg* cukru - ½ *l* vody (povaříme 15 minut) - zátky - pečetní vosk.

Kmínový likér.

7 *dkg* kmínu hrubě utlučeme, vysypeme do ¼ *l* čistého lihu do láhve, láhev dobře uzavřeme a necháme týden stát. 50 *dkg* cukru povaříme v 1 *l* vody na slabou nit (druhý stupeň). Po té době líh s kmínem necháme pijavým papírem prokapat, načež čistou tekutinu nalijeme do připraveného studeného cukru. Přidáme ještě ¼ *l* dobrého čistého lihu, zamícháme a likér slijeme do lahví, které zazátkujeme a zapečetíme. Vanilkový likér připravujeme právě tak, avšak místo kmínu namočíme do lihu 1 lusk po délce rozříznuté vanilky, a nežli dáme hotový likér do lahví, obarvíme jej červeným bretonem neb malinovým likérem.

Čokoládový likér.

Do ½ *l* čistého lihu dáme 10 *dkg* dobré strouhané čokolády a dáme ji 8 dní na vlažné místo. Pak přidáme 10 *dkg* studeného cukru 5 minut povařeného s 1/16 *l* vody, dobře promícháme, procedíme přes pijavý papír a slijeme do lahví, které zazátkujeme a zapečetíme.

Kávový likér.

Připravíme si ½ *l* silné černé kávy (z nejlepšího druhu pražené kávy). V čisté nádobě povaříme 15 minut cukr, celou vanilku po délce rozříznutou. Když cukr vychladne, nalijeme do něho ½ *l* černé kávy a ¼ *l* čistého jemného lihu. Dobře vše promícháme, přecedíme a slijeme do lahví.

Rozpočet: 6 *dkg* pražené kávy - 40 *dkg* cukru - 3/8 *l* vody - 5 *cm* vanilky - ⅓ *l* lihu.

Ananasová bowle.

Na plátky nakrájený čerstvý ananas dáme do bowlové nádoby, pocukrujeme, polijeme madeirským vínem, přikryjeme a necháme celý den stát. Na vyloužený ananas nalijeme čtyři láhve rýnského vína, jednu láhev červeného vína. Prosátý cukr ve vodě povaříme, vyčistíme a procezený přilijeme k ostatnímu. Na 1 láhev vína počítáme 7—9 *dkg* cukru. Takto upravenou bowli necháme zasazenou v ledu. Teprve před podáváním do ní nalijeme láhev šampaňského vína.

Rozpočet: 1 *kg* ananasu - 1 *l* madeira vína.

Jahodová bowle.

Očištěné lesní jahody lehce vypereme a dáme dobře oschnouti. Potom je dáme do bowlové nádoby, posypeme je jemným cukrem, zalijeme studenou svařenou vodou a dáme k ledu. Za hodinu přilijeme dobře chlazené šampaňské víno a likér maraschinový a podáváme.

Rozpočet pro 10 osob: 1 *kg* jahod (lesních) - 32 *dkg* cukru - 2/3 *l* vody - 1 láhev šampaňského - 6 lžic maraschinového likéru.

Broskvová bowle.

Oloupané velké broskve nakrájíme na plátky, dáme do bowlové mísy, posypeme je jemným cukrem, přikryjeme a dáme do studena na 6 hodin. Po té době nalijeme na broskve 2 láhve studeného rýnského vína a vše dáme opět do ledu. Za hodinu bowli procedíme, přidáme do ní jiné čerstvé, loupané, nakrájené, pocukrované broskve, načež přilijeme 1 láhev dobře chlazeného šampaňského vína a hned podáváme. Místo vína šampaňského můžeme přilíti dobře chlazenou sodovku. Šumivá vína dáváme těsně před podáváním.

Rozpočet: 2 *kg* broskví - 15—20 *dkg* cukru - ½ *kg* broskví - 5 *dkg* cukru - 2 láhve rýnského a 1 láhev šampaňského vína.

Slezská vařonka.

Kostky cukru navlhčíme rychle studenou vodou, dáme je do čistého hrnce a upražíme je do žluta. Potom nalijeme na cukr povařenou vodu, přidáme celou skořici, citronovou kůru i šťávu, hřebíček a dobře vše povaříme. Vařící tekutinu dobře přikrytou odstavíme s plotny, načež do ní opatrně nalijeme líh, přidáme dobrý med, zamícháme, a dokud je vařonka horká, nalijeme do sklenic a podáváme. Slezská vařonka (hlavně ve Slezsku) podává se v zimě pro zahřátí. Jest velmi chutná, u nás méně známá.

Rozpočet: 20 kostek cukru - ¾ *l* vody - 6 *cm* skořice - 3—5 hřebíčků - ¼ *l* lihu - 2 lžíce medu - ¼ citronu.

Slané mandle k vínu.

Pěkné mandle hodíme do vařící vody, oloupáme a osušíme. Pak je vložíme do čerstvého stolního oleje a necháme asi ½ hod. Dobře okapané dáme na ocelovou pánvičku a v troubě je opatrně upražíme do růžova. Hotové promícháme s jemnou bílou solí a předkládáme je na skleněném talířku k vínu.

Rozpočet: 10 *dkg* mandlí - 2 lžíce stolního olivového oleje - kávová lžička bílé soli.

Nápoje pro nemocné.

Mandlové mléko.

40 sladkých a 2 hořké mandle spaříme, oloupáme, ustrouháme, smícháme s 2 *dkg* cukru a utlučeme v hmoždíři na jemnou kaši, k té přidáme stále míchajíce po kapkách 1 *l* čisté studničné vody, načež protlačíme čistým klůckem mandlové mléko.

Chlebová voda.

2 krajíčky pšeničného neb žitného bílého chleba osmažíme, polijeme vařící vodou, přidáme lžičku cukru a lžičku citronové šťávy a procedíme.

Rýžová voda.

20 *dkg* přebrané rýže rozprostřeme na jemné žíněné sítko a polijeme ½ *l* vařící vody. Proteklou tekutinu dáme vychladnouti a pije se bez jakýchkoliv přídavků.

Jablečná voda.

Rozpůlená jablka uvaříme do měkka ve vodě. Poté procedíme vodu sítem, přidáme cukr a dáme vychladnouti. (Pije se při horečce.)

Citronová voda.

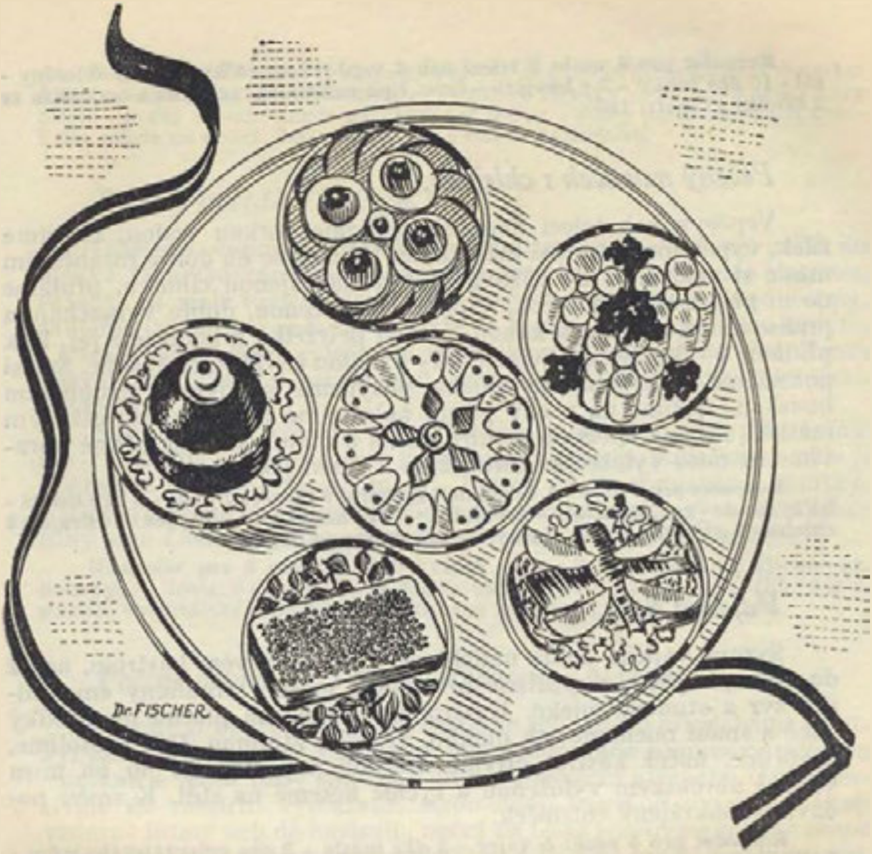
Do studené vody přidáme vylisovanou šťávu z citronu a cukr a necháme státi několik minut, potom vodu zamícháme a hned podáváme.

Rozpočet: ¼ *l* studené vody - 1 citron - 1—2 kostky cukru.

Pomerančová šťáva s kyselou smetanou.

Šťavnaté pomeranče vymačkáme a procedíme. Čistou šťávu umícháme s cukrem, načež ji nalijeme do dobře umíchané kyselé smetany neb pravého podmáslí. Hotový nápoj dáme do sklenice a podáváme k občerstvení.

Rozpočet pro 5 osob: ¼ *l* pomoranč. šťávy - 6 *dkg* cukru - ¼ *l* kyselé husté smetany nebo podmáslí.



XVIII. RŮZNÉ VEČEŘE

Mozečky na lasturách.

Telecí neb vepřové mozečky spaříme, očistíme, vypereme a dáme vařiti do osolené vody se zeleninou asi na 15 minut. Potom mozečky vyndáme do porcelánové misky, nalijeme na ně připravenou směs a ve studenu je necháme 6 hodin uležeti. Poté je vyndáme, rozkrájíme, upravíme na lastury, polijeme olejovou neb smetanovou majonézou (viz Studené omáčky str. 183), ozdobíme vkusně nakrájenou šunkou, kaviárem a červenou řípou neb míchanou naloženou zeleninkou.

Směs na naložení mozečků: $^1/_8$ *l* dobrého vinného octa smícháme s 3 lžičkami stolního oleje, 5 zrnky utlučeného pepře a s několika lístky sekané zelené petrželky, promícháme a nalijeme na mozečky.

Rozpočet pro 5 osob: 2 telecí neb 4 vepřové mozečky - 5 *dkg* zeleniny - sůl - 10 *dkg* šunky - 3 *g* kaviáru - červ. řípa neb nalož. zelenina a majonéza ze 2 žloutků (viz str. 183).

Pečený mozeček s chlebem.

Vepřový neb telecí mozeček polijeme horkou vodou, zbavíme žilek, vypereme a drobně rozsekáme. V kastrole na dobře rozehřátém másle si usmažíme do růžova drobně nakrájenou cibulku, přidáme do ní připravený mozeček, v mléce namočenou, dobře vymačkanou prolisovanou housku, sekanou zelenou petrželku a podusíme jej. Pak přidáme 2—3 vejce neb jen žloutky a malou chvíli ještě dusíme. Směsí pomažeme tenké krajíčky chleba, posypeme je povrchu strouhanou houskou, složíme na suchý plech, pokropíme je dobře rozpuštěným máslem a dáme opéci do trouby asi na 5 minut. Poté je pěkně upravíme na mísu vyloženou ubrouskem a ihned podáváme.

Rozpočet pro 5 osob: 1 telecí neb 2 vepřové mozečky - sůl - 8 *dkg* másla - 5 *dkg* cibule - zel. petrželka - ⅛ *l* mléka - 5 *dkg* housky - 2—3 vejce - 10 krajíčků chleba - 5 *dkg* strouhané housky - 2 *dkg* másla na polití.

Vaječná směs.

Syrová vajíčka dobře umícháme v porcelánovém kastrolu, načež do nich přilijeme rozpuštěné prochladlé máslo, strouhaný ementálský sýr a studené mléko. Kastrol postavíme na plotnu na prudký oheň a směsí mícháme tak dlouho, až vejce ztuhnou. Pak ji osolíme, opepříme, načež kastrol otřeme utěrkou a postavíme jej na mísu vkusně ubrouskem vyloženou a rychle neseme na stůl. K směsi podáváme nakrájený chlebíček.

Rozpočet pro 5 osob: 5 vajec - 3 *dkg* másla - 3 *dkg* ementálského sýra - 5 lžic mléka - sůl - tlučený bílý pepř.

Květák se zeleným hráškem na lasturkách.

Pěkný bílý květák opereme ve slané vodě. Poté jej vložíme do vařící osolené vody, uvaříme jej do měkka a dáme vychladnouti. Právě tak si uvaříme zelený mladý hrášek. — V kastrole si rozpálíme máslo, přidáme krupičkovou mouku a upražíme žlutou jíšku. Nato ji zředíme mlékem tak, aby vznikla přiměřeně zahoustlá omáčka, a povaříme ji. Do vychladlé omáčky zamícháme žloutky, sůl a z bílků tuhý sníh. Lasturky vymažeme syrovým máslem, vysypeme strouhanou žemlí. Pak do nich upravíme studený, uvařený, na růžičky rozebraný květák a zelený hrášek. Vše polijeme připravenou omáčkou a povrch posypeme strouhaným parmezánským sýrem a pokapeme máslem. Naplněné lasturky složíme na posolený plech a dáme je péci do horké trouby. Jakmile povrchu zčervenají, upravíme je na mísu ubrouskem vyloženou. Potom je ozdobíme zel. kadeřavou petrželkou, nakrájeným citronem a podáváme jako předkrm neb jako lehce stravitelný pokrm k večeři.

Rozpočet pro 5 osob: 1 květák - sůl - 10 *dkg* zeleného hrášku. — *Omáčka:* 3 *dkg* másla - 3 *dkg* krupičkové mouky - sůl - 2 žloutky - ze 2 bílků sníh - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* strouh. žemle na vysypání lastur - 2 *dkg* parmezánského sýra - 1 *dkg* másla na polití. Zelená petržel - 1 citron na ozdobu.

Pečený květák. (Nákyp.)

Očištěný vypraný květák uvaříme ve slané vodě ne příliš do měkka. Ohnivzdornou nádobu vymažeme máslem, vysypeme houskou, vařený, na malé růžičky rozebraný květák urovnáme na dno formy, zalijeme jej směsí a pečeme v troubě ½ hodiny. Pak upravíme nádobu s květákem na mísu vyloženou ubrouskem a hned podáváme. Tento pokrm podáváme s hlávkovým salátem k večeři nebo také jako předkrm.

Směs na zalití květáku: z rozehřátého másla a mouky připravíme si světležlutou jíšku, zalijeme ji sladkou smetanou, povaříme a stále jí míchajíce necháme vychladnouti. Potom do ní zamícháme žloutky, 2 lžíce strouhaného ementálského neb parmezánského sýra, sůl a lehce tuhý sníh z bílků. Lehce promíchanou směs nalijeme na květák.

Rozpočet pro 5 osob: 1 větší květák - sůl - 2 *dkg* másla - 3 *dkg* strouh. housky. — *Směs:* 6 *dkg* másla - 4 *dkg* mouky - ¼ *l* smetany - 6 žloutků - 3 lžíce strouh. ementálského neb parmezánského sýra - sůl - ze 6 bílků sníh.

Pečené brambory s uzeným masem. (Nákyp.)

V míse si dobře umícháme máslo se solí, načež přimícháme žloutky, oloupané, vařené, strouhané neb prolisované brambory, kyselou smetanu a lehce tuhý sníh ze 4 bílků. Polovinu utřeného těsta rozetřeme do máslem vymazané, strouhanou houskou vysypané ohnivzdorné formy neb do kastrolu, načež na těsto rozetřeme sekané uzené vařené maso, které jsme promíchaly se 6 lžícemi kyselé smetany, pak přidáme druhou polovinu bramborového těsta a vše upečeme v troubě do růžova. K tomu hodí se špenát neb hlávkový salát. Tento pokrm podáváme k večeři nebo jako předkrm.

Rozpočet pro 5 osob: 8 *dkg* másla - 3 žloutky - 21 *dkg* uvař. oloupaných bramborů - sůl - 3 lžíce kyselé smetany do brambor - ze 4 bílků sníh - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* housky na formu - 12 *dkg* uzeného masa - 6 lžic kyselé smetany.

Ledvinový nákyp.

Vepřové ledvinky, telecí játra namočíme do mléka, dáme okapati, načež je nakrájíme na tenké plátky. Na másle si usmažíme drobně nakrájenou cibulku s kmínem, přidáme ledvinky a játra a rychle je podusíme. Při dušení je zalijeme. Vepřový mozeček odblaníme, vložíme jej rovněž na usmaženou cibulku, osolíme a opepříme a malou chvíli jej podusíme. Z mouky a vajec uděláme nudlové těsto, rozválíme z něho silnější placky a usušíme. Pak nakrájíme úzké nudle a v osolené vařící vodě je povaříme 5 minut. Ohnivzdornou nákypovou formu vymažeme dobře máslem, upravíme do ní vrstvu nudlí neb uvařených italských spagettů, pak dáme vrstvu ledvinek, jater a na kousky nakrájený mo-

zeček a druhou část nudlí. Takto upravený nákyp polijeme omáčkou z ledvinek, pokropíme máslem, strouhaným parmezánským sýrem a v troubě upečeme.

Pečený nákyp s formou upravíme na mísu ubrouskem vyloženou, ozdobíme jej zelenou petrželkou a teplý podáváme.

Rozpočet pro 5 osob: 15 *dkg* ledvinek - 10 *dkg* telecích jater - ⅛ *l* mléka - 3 *dkg* másla - 3 *dkg* cibule - kmín - 2 vepřové mozečky - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* cibule - sůl - pepř - 25 *dkg* suchých nudlí neb špagetů - sůl - 3 *dkg* másla - 3 *dkg* parmez. sýra - 2 *dkg* másla na formu - zelená kadeřavá petrželka.

Mozečkové kotlety.

V míse si umícháme máslo, sůl, pepř, přidáme v mléce namočenou prolisovanou housku, celé vejce, zelenou sekanou petržel a očištěný, vypraný, usekaný syrový telecí mozeček. Z promíchané směsi uděláme kotlety, místo kosti dáme kousek kořínku petržele, načež kotlety obalíme v mouce, ve vejci a strouhané housce a usmažíme je v rozpáleném másle neb sádle po obou stranách do růžova. Poté je urovnáme na mísu a podáváme k nim dušený zelený hrášek neb špenát.

Rozpočet: na 1 telecí mozeček 2 *dkg* másla - sůl - pepř - 10 *dkg* housky (žemle) - ⅛ *l* mléka - 1 celé vejce - zel. petrželka - 2—3 *dkg* mouky - 1 vejce na obalení - 12 *dkg* strouh. housky - 15 *dkg* převařeného másla neb sádla - 1 kořen petržele.

Slanečkové bochánky.

Housky nakrájíme na kostky a trochu je navlhčíme sladkou smetanou (ale aby zůstaly celé kostečky). Pak do nich přidáme celé vejce a v mléce vymočeného, kosti zbaveného, na masovém strojku umletého slanečka. Dobře a lehce vše promícháme, podle potřeby zahustíme strouhanou houskou, uděláme bochánky, obalíme je ve vejci a strouhané housce a usmažíme je v rozpáleném sádle do zlatova. Smažené upravíme na mísu, kolem nich upravíme věneček z bramborového salátu a kyselých nakrájených okurek a ozdobíme vše zelenou petrželkou.

Rozpočet: 2 housky (žemle) - $^1/_{16}$ *l* smetany - 1 vejce - 1 slaneček - 1 vejce na obalení - 10 *dkg* strouhané housky - 12 *dkg* sádla na smažení.

Pečené plněné housky.

Z kulatých křehkých hladkých housek (bulky) seřízneme malá víčka a vyřízneme z nich všechnu střídku, načež dutinu vymažeme čerstvým čajovým máslem a naplníme ji míchanými osolenými syrovými vejci, do kterých jsme zamíchaly drobně usekanou šunku. Seříznutá víčka housek potřeme máslem a housky jimi přikryjeme. Plech vymažeme syrovým máslem, naplněné housky na něj složíme a v troubě pečeme 10—12 minut. Potom složíme housky na mísu ubrouskem vyloženou, ozdobíme je zelenou petrželkou a horké podáváme na stůl.

Rozpočet pro 5 osob: 5 křehkých kulatých housek - 10 *dkg* másla - 10 *dkg* šunky - 3 celá vejce - sůl - 2 *dkg* másla na plech.

Pečená šunka s vejci.

Na pánvi rozehřejeme si máslo, vložíme tam tence nakrájenou šunku, trochu ji opečeme, načež nalijeme na ni vajíčka a na ohni necháme tak dlouho, až vejce ztuhnou. Potom rychle upravíme šunku s vejci na ohřátý talíř a hned podáváme.

Rozpočet pro 5 osob: 40 *dkg* šunky - 5 vajec - 10—15 *dkg* másla - dle chuti soli.

Míchaná vejce.

Vejce umícháme v hrnečku se smetanou a osolíme. V kastrole si rozpálíme máslo, do něho nalijeme vejce a mícháme jimi na plotně, až jsou přiměřeně tuhá. Pak je hned podáváme. Též můžeme do hotových vajec zamíchati vařené sekané uzené maso, šunku, uzený vařený jazyk nebo vařený, na růžičky rozebraný květák nebo vařené hlavičky chřestu.

Rozpočet pro 5 osob: 5 *dkg* másla - 5 vajec - 3 lžíce smetany - sůl - 10 *dkg* uzeného masa - 15 *dkg* květáku neb chřestu.

Řízky z telecích jater.

Telecí játra vypereme ve zředěném mléce a odblaníme je. Pak je nakrájíme na 1 *cm* silné řízky, protáhneme na nudličky nakrájenou slaninou, okořeníme je tlučeným kmínem, tlučeným pepřem a tlučenou majoránkou, načež je lehce obalíme moukou a dosti zprudka opečeme na rozpáleném másle na obou stranách. Poté řízky podlijeme polévkou z kosti neb vařící vodou, přikryjeme poklicí a dusíme asi 10 minut. Část omáčky nalijeme do kyselé osolené smetany, zamícháme, nalijeme vše na játra, promícháme, povaříme a hned podáváme s máslovými noky nebo knedlíkem.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* telec. jater - 5 *dkg* slaniny - 5 *dkg* másla - 2 *dkg* mouky - kmín - tlučený pepř - trochu majoránky - ⅛ *l* kyselé smetany - sůl.

Rýže s květákem a máslovou omáčkou.

Přebranou opranou spařenou rýži vložíme na drobně nakrájenou, na másle usmaženou cibulku. Zalijeme ji studenou vodou, přikryjeme pokličkou a udusíme v troubě do měkka. Pak zamícháme do rýže na másle udušené nakrájené hříbky, na plátky nakrájená, na másle udušená telecí játra nebo husí játra a strouhaný parmezánský sýr. Vše dobře promícháme, osolíme, opepříme, načež promíchanou rýži vtlačíme do sádlem vymaštěné kulaté věncové formy, vyklopíme na kulatou mísu, do prostředka věnce postavíme vařenou růži květáku, kterou posypeme smaženou strouhanou houskou a pokapeme rozpáleným máslem. Kolem ozdobíme věnec malými růžičkami z květáku a zelenou kadeřavou petrželkou a podáváme k ní máslovou omáčku.

Taktéž můžeme kolem ozdobiti rýži míchanými vejci nebo můžeme upraviti rýži bez jater na mísu a místo květáku vyplniti prostředek dušenými ledvinkami (viz předpis) a ozdobiti zelenou petrželkou

a míchanými vejci. V tomto případě podáváme k tomu omáčku z ledvinek.

Máslová omáčka: Z dobrého másla a mouky upravíme si světle žlutou jíšku, zředíme ji polévkou neb osolenou vodou, přidáme šťávu z udušených jater a dobře ji svaříme v hladkou omáčku. Přisolíme, opepříme, přidáme citronovou šťávu a stále jí míchajíce přilijeme žloutek. Poté omáčku hned podáváme k rýži.

Rozpočet pro 5 osob: 25 *dkg* rýže - sůl - 3 *dkg* másla - 3 *dkg* cibulky - 2 hřiby - 2 *dkg* másla - 15 *dkg* jater - 2 *dkg* másla - 1 *dkg* parmezánského sýra - sůl - pepř - 1 *dkg* sádla - 1 květák - 2 *dkg* másla - 2 *dkg* strouh. housky - 1 *dkg* másla - ½ malého květáku na ozdobu - zel. petrželka. Místo jater můžeme právě tak upraviti vepřové ledvinky. — *Rozpočet na omáčku:* 2 *dkg* másla - 3 *dkg* mouky - sůl - pepř - z ½ citr. šťáva - 1 žloutek.

Malé paštičky z vepřového masa.

Libové upečené neb udušené vepřové maso umeleme na masovém stroji a osolíme. Pak do něho zamícháme na kostečky nakrájenou slaninu, citronovou kůru a šťávu, celá vejce, v bílém víně nebo ve vodě namočenou housku a tlučený bílý pepř. Hmotu vypracujeme na pomoučeném prkénku, uděláme malé válečky, které zabalíme do čtverečků nakrájených z máslového těsta (viz Předkrmy ragout v máslovém věnci, str. 66). Takto upravené válečky složíme na suchý plech, povrchu je potřeme vajíčkem a upečeme je v horké troubě. Pak je složíme na mísu a ozdobíme dušenou brukví, špenátem a pod. Nebo k nim podáváme hořčicovou omáčku (viz Omáčky, str. 179).

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* vepřového masa - sůl - 2 menší vejce - 5 *dkg* slaniny - 3 zrnka tlučeného bílého pepře - 10 *dkg* housky - 3 lžíce bílého vína - z ¼ citronu kůra i šťáva - 5 *dkg* mouky na prkénko. — *Rozpočet na máslové těsto:* 10 *dkg* másla - 10 *dkg* hladké mouky - 1 žloutek - sůl - citr. šťáva.

Tvaroh s máslem. (Rozhuda.)

V míse si umícháme dobré máslo, přidáme tvaroh, podle chuti soli a papriky, přilijeme smetanu a sekanou pažitku a dobře umícháme. Pak upravíme tvaroh na mísu a ozdobíme jej sekanou pažitkou.

Rozpočet pro 5—10 osob: 12 *dkg* másla - 50 *dkg* tvarohu - sůl - paprika - 3 lžíce smetany - zel. sekaná pažitka.

Ovčí sýr I. (liptovský).

Kostí zbavené sardele utřeme s máslem a ovčím sýrem a prolisujeme žíněným sítem do mísy, načež přidáme sekané kapary, francouzskou hořčici, lžičku oleje, strouhaný ementálský sýr, podle chuti papriky, kmínu a zelené sekané pažitky. Sýr dobře umícháme a dáme uležeti do studena 4 hodiny. Poté upravíme sýr na mísu, ozdobíme zelenou petrželí a růžičkami z másla, ozdobenými paprikou.

Rozpočet pro 5 osob: 2 sardele - 12 *dkg* másla - 25 *dkg* ovčího sýra - na špičku lžičky kaparů - ½ kávové lžičky hořčice - lžička stolního oleje - 5 *dkg* ementálského sýra - kmín - paprika - pažitka - kadeřavá zelená petrželka na ozdobu - 6 *dkg* másla na růžičky.

Ovčí sýr II. (liptovský).

Kostí zbavené sardele utřeme s máslem a ovčím sýrem nebo tvarohem a prolisujeme žíněným sítem do mísy. Pak přidáme usekané kapary, strouhanou cibulku, drobně nakrájenou kyselou okurku a podle chuti papriku. Vše dobře promícháme, sýr upravíme vkusně na mísu, ozdobíme růžičkami z másla, paprikou a kyselou okurkou.

Rozpočet pro 5 osob: 2 sardele - 12 *dkg* másla - 25 *dkg* ovčího sýra nebo tvarohu - 1 *dkg* kaparů - 1 menší cibule - 2 menší kyselé okurky - paprika - 6 *dkg* másla na růžičky a 1 kyselá okurka na ozdobu.

Liptovský sýr na zdobení.

Čerstvý ovčí sýr (čili květnovou bryndzu) umícháme s máslem, jemnou hořčicí, strouhanou cibulí, sekanými kapary a sítem prolisujeme. Potom sýr malounko osladíme, obarvíme růžovou paprikou, a je-li příliš hustý, zředíme studenou vodou.

Umíchaný sýr dáme do sáčku s hvězdičkovou trubičkou a sýrem zdobíme studené mísy.

Rozpočet na ozdobení mísy pro 5 osob: 10 *dkg* ovčího sýra - 10 *dkg* čaj. másla - na špičku nože cukru - ½ *dkg* kaparů - špetku růžové sladké papriky - ¼ kávové lžičky hořčice - 1 *dkg* strouhané cibule.

Domácí sýr.

Tvaroh osolíme, okmínujeme, dáme do porcelánové nádoby a ubrouskem přikrytý dáme 3—4 dny v kuchyni uležeti. Každý den jím zamícháme. Poté sýr prolisujeme nebo na masovém strojku umeleme. Na kastrole si rozpálíme do žluta máslo, přidáme trochu papriky a sýr a stále jím míchajíce vaříme, až začíná houstnouti. Porcelánovou mísu vypláchneme studenou vodou, horký sýr do ní nalijeme a dáme ztuhnouti.

Potom jej vyklopíme a 1—2 dny sušíme na vzduchu. Taktéž můžeme při vaření přidati do sýra žloutek.

Rozpočet pro 5—10 osob: 50 *dkg* tvarohu - sůl - kmín - 10—12 *dkg* másla - paprika - 1 žloutek.

Smažený ementálský sýr.

Ementálský sýr zbavíme kůry a nakrájíme řezy 15 *cm* dlouhé, 4½ *cm* široké a 2½ *cm* silné. Nakrájený sýr namočíme do mléka, potom jej obalíme v mouce, namočíme do žloutků a obalíme ve strouhané žemli. V kastrole si dobře rozpálíme sádlo, převařené máslo neb olej, přidáme obalený sýr a smažíme jej na každé straně 1 minutu. Smažený studený sýr upravíme na plátek žemle, dáme na skleněnou mísu a podáváme k čaji a pod.

Rozpočet pro 5 osob: 20 *dkg* ementálského sýra - 2 lžíce mléka - 2 *dkg* krupičkové mouky - 2 žloutky - 8 *dkg* strouhané žemle - 6 *dkg* sádla neb másla aneb $^1/_{16}$ *l* oleje - 10 *dkg* dlouhé žemle na nakrájení plátků pod sýr.

Nepravý kaviár.

V misce si umícháme do pěny máslo, načež přidáme v zředěném mléce vyprané jikry ze slanečků, strouhanou cibulku, 2 lžičky oleje a podle chuti citronové šťávy. Směs promícháme a pomažeme jí nakrájený chléb neb housky. Též můžeme namazati chléb nejdříve čistým máslem, pak připraveným kaviárem a posypati sekanými vařenými vejci a slanečkem.

Rozpočet pro 5 osob: 15 *dkg* másla - jikry ze 2 slanečků - malou cibulku - 2 lžíce stolního oleje - podle chuti citronové šťávy - 6 *dkg* másla - 1 vejce.

Pomazánka na chlebíčky.

Slovenský sýr oštěpek nebo ementálský sýr ustrouháme. V míse dobře utřeme čajové máslo, přidáme připravený sýr, jemně usekanou cibulku a česnek, usekané oloupané kyselé okurky a prolisovaná rajská jablíčka. Dobře promíchanou pomazánkou potíráme nakrájené chlebíčky. Složíme na mísu a podáváme. — Česnek můžeme vynechati.

Rozpočet pro 5 osob: 10 *dkg* sýra - 10 *dkg* másla - 1 *dkg* cibule - na špičku nože česneku - 1 lžíce rajských jablek - 2 menší kyselé okurky - 1 dlouhá žemle neb 10 krajíčků chleba.

Pomazánka na chlebíčky ze syrového masa.

Čerstvé syrové maso ze svíčkové uškrábeme nožem tak, aby v něm nebyly žádné kůžičky a žilky. Poté maso ještě nožem dobře usekáme, osolíme, opepříme, přidáme citronovou šťávu a paštikové koření. Dlouhou žemli nakrájíme na šikmé plátky, potřeme umíchaným masem, ozdobíme tenkým kolečkem z uvařeného vejce a kolečkem kyselé okurky. Žemle upravíme na mísu, ozdobíme citronem a podáváme.

Rozpočet pro 5 osob: 25 *dkg* svíčkové - ¼ lžičky soli - 5 zrnek tlučeného pepře - na špičku nože paštikového koření - z ½ citronu šťáva. *Na ozdobu:* 1 vejce - 1 okurka - 1 citron.

Pomazánka zeleninová na chlebíčky.

Kořenovou zeleninu (mrkev, celer, petržel) očistíme, vypereme a uvaříme v osolené vodě. Vyprané brambory uvaříme zvlášť. Také bílé, dříve namočené fazolky a mladý zelený hrášek, každé zvlášť uvaříme. Zeleninu, oloupané brambory nakrájíme vroubkovaným nožem na stejné kostečky. Uvařený květák rozebereme na růžičky. Všechny uvařené zeleniny dáme na síto dobře odkapati, načež je ještě položíme na suchou utěrku. Zvlášť si připravíme hustou majonézu, oschlou zeleninu do ní zamícháme a dáme na 6 hodin do studena. Dlouhou žemli nakrájíme na stejné šikmé plátky, pomazánku na ně upravíme, navrch dáme na každý chlebíček plátek rajského jablíčka a malinkou větvičku zelené petrželky. Hotové chlebíčky složíme na mísu a podáváme. Místo na chlebíčky můžeme upravenou zeleninu dáti do smažených nebo papírových košíčků a pod.

Přípravu a rozpočet viz Francouzská majonéza I. nebo Majonéza z vařených žloutků.

Rozpočet pro 5 osob: 30 *dkg* kořenové zeleniny - ½ lžíce soli - 10 *dkg* brambor - 5 *dkg* bílé fazolky - 5 *dkg* zeleného hrášku - 10 *dkg* květáku - 1 dlouhá žemle - 2 kulatá červená rajská jablíčka - zelená petrželka.

Pomazánka na chléb I.

Do dobrého umíchaného másla zamícháme sýr imperiál neb gervais, osolíme, načež přidáme drobně na kostečky nakrájenou šunku neb uzené maso, kyselé okurky, sekané kapary a strouhanou cibulku. Vše dobře promícháme a pomažeme krajíčky chleba neb housky. Též můžeme do směsi zamíchati utřenou sardeli neb usekanou sardinku.

Rozpočet pro 5 osob: 10 *dkg* másla - 10 *dkg* sýra imperiál neb gervais aneb obyčejného dobrého tvarohu - sůl - 15 *dkg* šunky neb uzeného vařeného masa - 3 malé kyselé okurky - 2 *dkg* cibule - ½ *dkg* kaparů - 5 krajíčků chleba neb 5 housek - 1 sardeli neb sardinku.

Pomazánka II.

V míse si umícháme žloutky, načež stále míchajíce přikapeme stolní olivový olej, přidáme francouzskou hořčici a bedlivě mícháme ½ hodiny. Pak přikapeme stále míchajíce citronovou šťávu a strouhanou cibulku. Do toho lehce promícháme na kostečky nakrájená, na tvrdo uvařená vajíčka a drobně usekané sardele nebo kostí zbaveného usekaného matjesa. Dlouhou housku neb chléb nakrájíme na 1 *cm* silné plátky, potřeme je máslem a asi ½ *cm* vysoko upravenou směsí a podáváme na míse ubrouskem vyložené k večeři.

Rozpočet pro 5 osob: 2 žloutky - 4 lžíce stolního oleje - 1 káv. lžička hořčice - z 1 citronu šťáva - 2 *dkg* cibulky - 10 *dkg* sardeli neb 1 matjes - 4 vejce na tvrdo uvařená - 1 dlouhá houska - 10 *dkg* másla.

Paštiková pomazánka.

Čajové máslo dobře utřeme, načež přidáme lanýžovou paštiku, ustrouhanou cibulku, sekaná sardelová očka a sardinky, citronovou šťávu a jemnou francouzskou hořčici. Tuto směs třeme tak dlouho, až vznikne jemná pomazánka. Pomazánkou natíráme krajíčky z dlouhé žemle, ozdobíme petrželkou aneb kaviárem a podáváme k čaji neb vinu.

Rozpočet pro 10 osob: 15 *dkg* čajov. másla - 25 *dkg* lanýžové paštiky - 3 *dkg* cibule - 3 francouzské olejovky - 4 sardelová očka - 1 citron - kávová lžička hladké hořčice - 2 *dkg* kaviáru - zel. petržel na ozdobu.

Pomazánka z uzenáče.

Očištěného uzenáče jemně usekáme. V míse si utřeme máslo, strouhanou cibulku, hořčici, na tvrdo vařené žloutky a sekané kapary. Poté přidáme usekaného uzenáče. Dlouhou žemli nakrájíme na plátky neb chléb na krajíčky, pomažeme pomazánkou, posypeme sekanými vařenými bílky, upravíme na mísu a podáváme k večeři.

Rozpočet pro 5 osob: 1 uzenáč - 10 *dkg* másla - 2 *dkg* cibulky - 1 kávová lžička hořčice - 2 vejce na tvrdo - ½ *dkg* kaparů - 1 dlouhá žemle neb 10 krajíčků chleba.

Pomazánka ze sleziny.

Na másle si usmažíme do bledě růžova drobně nakrájenou cibulku, načež přidáme utřenou syrovou slezinu, utlučený prosátý jalovec, tlučený pepř a nové koření. Jakmile slezina není krvavá, přimícháme utřené sardele, trochu soli a podle chuti citronové šťávy. Dlouhou žemli nakrájíme na plátky, pomažeme teplou pomazánkou, pokapeme ještě citronovou šťávou, ozdobíme nakrájeným citronem, zel. petrželkou a podáváme k večeři.

Rozpočet pro 5 osob: 6 *dkg* másla - 3 *dkg* cibule - 25 *dkg* sleziny - 3 zrnka jalovce - 1 zrnko nového koření - trochu tlučeného pepře - sůl - 2 sardele - z ½ citronu šťáva - 1 dlouhá žemle - citron a zelená petržel na zdobení.

Pomazánka z tvarohu.

Do umíchaného másla zamícháme utřené a prolisované sardele, měkký strouhaný tvaroh, strouhanou cibulku, jemně sekanou okurku, utlučený kmín, pepř a sekané kapary. Umícháme pomazánku a dáme do studena na 3 hodiny uležeti. Potom nakrájíme chléb neb dlouhou žemli, potřeme pomazánkou a podáváme k večeři.

Rozpočet pro 5 osob: 12 *dkg* másla - 2 sardele - 10 *dkg* tvarohu - 2 *dkg* cibulky (může se vynechati) - na špičku nože kmínu a pepře - 1 kyselá okurka - ½ *dkg* kaparů - 1 dlouhá žemle neb 10 krajíčků chleba.

Pomazánka ze salámu.

Do umíchaného másla zamícháme na masovém strojku umletý šunkový neb pražský salám, očištěného matjesa neb sardele, cibulku, kyselou okurku, vejce na tvrdo uvařená a tučné ze šunky. Jemnou směsí potíráme nakrájený chléb neb dlouhou žemli.

Krajíčky dáme na mísu, ozdobíme zelenou petrželkou a podáváme k večeři.

Rozpočet pro 5 osob: 10 *dkg* čajového másla - 20 *dkg* salámu - ½ matjesa neb 3 sardele - 1 menší kyselou okurku - 2 vejce - 1 *dkg* cibulky - 5 *dkg* tučné šunky - 10 krajíčků chleba neb 1 dlouhá žemle - zelená petržel.

Výroba domácí hořčice.

Hořčici umeleme na makovém strojku (mlýnku), pak přidáme moučkový cukr, načež stále míchajíce přilijeme svařený studený ocet a připravíme z toho hustou kaši, kterou necháme 2 hodiny uležet. Poté přidáme ještě tolik octa, aby byla hořčice přiměřeně hustá. Hořčici dáme do sklenice, zavážeme ji a uložíme. Po 14 dnech ji můžeme upotřebiti. Jest velmi dobrá.

Rozpočet: na 10 *dkg* hořčicových semen 4 *dkg* moučkového cukru a asi ¼—½ *l* vinného svařeného octa.

Sýrové tyčinky k čaji I.

Na vál si prosejeme mouku, rozsekáme do ní máslo, přidáme strouhaný ementálský sýr, žloutek, zpracujeme v těsto a dáme do studena odpočinouti. Z odpočinutého těsta nakrájíme kousky, vyválíme krátké tyčinky, složíme je na máslem potřený plech, povrchu je potřeme bílkem, posypeme kmínem a solí a upečeme je v mírné troubě. Studené podáváme k čaji.

Rozpočet pro 5 osob: 20 *dkg* mouky - 10 *dkg* másla - 10 *dkg* ementálského sýra - 1 vejce - 1 bílek na potření - kávová lžička kmínu se solí — ½ *dkg* másla na plech.

Sýrové tyčinky II.

Na vál si připravíme hladkou mouku, trochu soli, sladké papriky, strouhaný ementálský nebo parmezánský sýr (může se dáti i strouhaný eidamský sýr), do připravených součástek rozsekáme máslo, přilijeme celé vajíčko, lžíci kyselé smetany, lehce zpracujeme v těsto a dáme do studena ½ hod. odpočinouti. Pak těsto vyválíme, nakrájíme tyčinky, složíme je na máslem pomazaný, strouhanou houskou vysypaný plech. Povrchu je potřeme umíchaným žloutkem, posypeme kmínem a týmtéž sýrem, který jest v těstě, a tyčinky upečeme v mírnější troubě do červena (asi 15—20 minut). Tyčinky podáváme vlahé neb studené k čaji.

Rozpočet pro 5 osob: 22 *dkg* bílé hladké mouky - špetku soli a papriky - 10 *dkg* ementálského, parmezánského nebo eidamského sýra - 10 *dkg* másla - 1 vejce - lžíci kyselé smetany - 1 *dkg* másla na plech — 1 žloutek a 3 *dkg* sýra na posypání.

Sýrové zákusky.

Připravíme si těsto jako na sýrové tyčinky II. — Těsto vyválíme na *3 cm* silně, vykrájíme kolečka neb čtverečky, složíme je na plech jako tyčinky, potřeme je také tak a upečeme. Upečené, vychladlé spojíme vždy dvě kolečka neb čtverečky roquelortovou pěnou a na povrch složených zákusků vytlačíme sáčkem s ozdobnou trubičkou hvězdičku z liptovského sýra (str. 475). Zákusky složíme na mísu, ozdobíme je zelenou kadeřavou petrželkou a podáváme.

Rozpočet pro 5 osob: tentýž rozpočet jako na sýrové tyčinky II. a 10 *dkg* liptovského sýra na zdobení (str. 475).

Slané čtverečky k čaji.

Na vál si připravíme prosátou smíšenou mouku. Do ní rozsekáme nožem máslo, přisypeme trochu cukru, málo soli, prolisované žloutky z uvařených vajec na tvrdo, vypracujeme tuhé těsto a dáme na 15 minut do studena. Odpočinuté těsto vyválíme na pomoučeném vále na ½ *cm* silně, vykrájíme čtverečky a složíme na suchý plech. Povrchu potřeme čtverečky vejcem, posypeme je solí, kmínem, strouhaným ementálským nebo parmezánským sýrem, a v dobře vyhřáté troubě je upečeme do růžova. Podáváme k čaji, vínu nebo pivu.

Rozpočet pro 5 osob: 22 *dkg* hladké i krupičkové mouky - 15 *dkg* másla - 1 *dkg* cukru - 4 žloutky z uvařených vajec - ¼ kávové lžičky soli. - *Na potření:* 1 vejce - sůl - kmín - 1 *dkg* sýra.

Roquefortová pěna.

Máslo potřeme sýrem roquefortem a prolisujeme. Pak do sýra zlehka přidáme ušlehanou smetanu. Pěnu podáváme na skleněné míse ozdobenou zel. petrželkou s chlebem nebo jí plníme sýrové zákusky.

Rozpočet pro 5 osob: 15 *dkg* másla - 15 *dkg* sýra roquefortu - $^1/_{16}$ *l* ušlehané smetany.

Šunková pěna.

Dobře vařenou studenou šunku umeleme na strojku a pak prolisujeme sítem do mísy, přidáme k ní citronovou šťávu, čistý tekutý aspik (viz Přípravu aspiku, str. 72), anglickou omáčku neb víno sherry, sůl, tlučený bílý pepř, práškovou hořčici a vše dobře utřeme. Potom do utřené směsi lehce promícháme šlehanou smetanu. Pěnu vložíme do formy a dáme k ledu ztuhnouti. Pak ji vyklopíme na mísu, ozdobíme zelenou petrželkou a podáváme k ní nakrájenou dlouhou žemli (francouzský chléb), nebo pěnu vložíme do sáčku s hvězdičkovou trubičkou a naplníme jí vařené bílky z vajec, které upravíme na mísu hlávkovým salátem vyloženou a podáváme.

Žloutky upotřebíme na cukrovinky, t. zv. karlovarské kroužky (viz str. 348).

Rozpočet pro 5 osob: 20 *dkg* šunky - z ½ citronu šťávy - 10 *dkg* aspiku - na špičku nože anglické omáčky (worcestrové omáčky) anebo kávová lžička vína sherry - na špičku nože bílé práškové skořice - $^1/_{16}$ *l* šlehané smetany - kadeřavá zelená petržel - 1 dlouhá žemle - aneb 5 vajec na tvrdo uvařených - 3 hlávkové saláty.

Harlekýnský chlebíček.

(Plněná dlouhá houska.)

Dlouhou housku překrojíme, střídu vyřízneme opatrně dlouhým nožem, uvnitř vymažeme housku sardelovým máslem, načež ji naplníme nádivkou, housku složíme k sobě, zabalíme ji do papíru, převážeme motouzem a dáme do studena (nebo k ledu). Druhý den housku nakrájíme na 1 *cm* silné řezy, urovnáme je úhledně na mísu a podáváme k čaji nebo jako předkrm.

Nádivka: Kostí zbavené v mléce vyprané sardele prolisujeme sítem, načež je s máslem dobře umícháme. Pak vymažeme housku, načež do zbylého sardelového másla přidáme zlehka na drobné kostečky nakrájenou šunku, uherský salám, vařený uzený oloupaný vepřový jazyk, na tvrdo uvařená vajíčka, oloupané kyselé okurky, studené, na másle udušené libové telecí maso, pistacie, sekané kapary a strouhaný ementálský sýr. Směs lehce promícháme a housku jí naplníme.

Rozpočet pro 5 osob: 1 dlouhá houska (koupí se u pekaře) - 8 *dkg* sardelí - 3 lžíce mléka - 20 *dkg* másla - 15 *dkg* šunky - 5 *dkg* uherského salámu - 15 *dkg*

uzeného jazyka - 2 vejce - 2 malé kyselé okurky - 10 *dkg* telecího masa (2 *dkg* másla na udušení masa) - 4 pistacie - ½ *dkg* kaparů - 2 *dkg* ementálského sýra.

Pozn. Vydlabanou housku usušíme, ustrouháme a upotřebíme do houskových knedlíčků.

Rumunské chlebíčky s pikantní nádivkou.

Do krupičkové a hladké mouky rozsekáme máslo a dáme vše do misy, načež přidáme sůl, z droždí připravený málo vykynutý kvásek a žloutky. Těsto, které musí býti tuhé, dobře vypracujeme, přikryjeme ubrouskem a dáme jen trochu vykynouti. Pak z těsta nakrájíme stejné kousky, uděláme žemličky v podobě šišky, na obou stranách zúžené. Žemličky složíme na máslem potřený plech, povrchu je potřeme žloutkem a dáme zvolna vykynouti. Když jsou žemličky trochu vykynuté a žloutek na nich oschlý, lehce je po délce nožem nařízneme a upečeme v dobře vyhřáté troubě do červena. Studené žemličky po délce rozpůlíme, obě půlky potřeme sýrovým krémem, na spodní půlku žemle položíme několik malých plátků šunky, na kolečka nakrájená rajská jablíčka, kolečko z vejce na tvrdo uvařeného a kolečko oloupané kyselé okurky. Poté žemličky přikryjeme vrchní pomazanou půlkou, vkusně je upravíme na chlebíčkovou mísu, docela málo ozdobíme zelenou petrželkou a podáváme k čaji. Jsou velmi chutné.

Příprava sýrového krému: Připravíme si patentní hrnec na mléko, který má dvojité dno, nebo porcelánový hrnec, který postavíme do kastrolu s vařící vodou. Do hrnce nalijeme smetanu-šlehačku, rozmícháme do ní žloutky, strouhaný ementálský sýr a v páře na plotně stále míchajíce svaříme na hustý krém. Poté krém odstavíme, zamícháme do něho čajové máslo a dáme vychladnouti. Studený krém šlehačkou šleháme, až vznikne jemný krém. Krémem plníme žemličky.

Rozpočet pro 5 osob: 33 *dkg* mouky (hladké i krupičkové dohromady) - 11 *dkg* másla - ¼ kávové lžičky soli - 4 žloutky - *Na kvásek:* 3½ *dkg* droždí - ⅛ *l* mléka - 3 *dkg* mouky - 2 *dkg* másla na plech. *Na potření:* 2 žloutky. *Na krém:* ¼ *l* smetany šlehačky - 6 *dkg* ementálského sýra - 5 žloutků - 6 *dkg* čajového másla. *Náplň:* 15 *dkg* šunky - 3 rajská jablíčka - 2 vejce na tvrdo - 3 kyselé okurky - zelená petržel.

Obložené chlebíčky.

(*Žemle.*)

Z dlouhé housky si nakrájíme 1 *cm* silné řízky, potřeme je sardelovým máslem a ozdobíme je debrecínskou pečení, vlašským salátem, šunkou, uherským salámem, na tvrdo uvařenými vejci, malými okurkami, uzeným lososem, kaviárem, sardinkami, ementálským sýrem, uzeným jazykem, salámem, růžičkami z másla a zelenou petrželkou. Housky mohou se též ozdobiti nádivkou, jak jest popsána při plněných vejcích, kterou jsme vložily do kornoutu opatřeného hvězdičkovou trubičkou. Také můžeme housky potříti sardelovým máslem a posypati prolisovaným vařeným žloutkem, drobně sekanou šunkou, kyselou okurkou, bílkem aneb sekaným šunkovým salámem a ozdobiti zelenou kadeřavou petrželkou. Viz barevný obrázek.

Rozpočet pro 5 osob: 1 dlouhá houska - 12 *dkg* másla - 6 *dkg* sardelí - 5 *dkg* vlašského salátu (viz Saláty) - 10 *dkg* debrecínské pečeně - 6 *dkg* šunky - 6 *dkg* uher. salámu - 1 vejce - 5 malých kys. okurek - 1 krab. sardinek - 5 *dkg* uzeného lososa - 1 *dkg* kaviáru - 5 *dkg* sýra - 5 *dkg* čajového másla na růžičky - zel. kadeřavá petrželka a 10 *dkg* šunkového salámu.

Obložená mísa.

(Švédská.)

Obloženou mísu upravujeme různě. Buď na ni skládáme různé druhy marinovaných neb uzených ryb (jako marinovaného úhoře, baltické sledě, uzeného lososa, olejové sardinky, očka a pod.) a rybí salát s majonézou, aneb obloženou mísu upravíme takto: Na oválnou porcelánovou neb stříbrnou mísu dáme doprostřed tence nakrájenou pěkně upravenou šunku, debrecínskou pečeni, studenou vepřovou a telecí pečeni, pečené kuře, načež kolem masa upravíme střídavě různé druhy jemných salámů. K jedné straně do rohu položíme kopeček vlašského salátu s majonézou, kolem něho dáme hlávkový salát, pak přidáme trojúhelníčky paštiky z husích jater, do vějířku nakrájené kyselé okurky, pěkně krájený aspik a květinky z másla, ozdobené kaviárem. Celek ozdobíme vařenými vejci, růžičkami z uzeného lososa, ementálským sýrem, sardinkami, očky, nakrájeným citronem, sekaným aspikem a zelenou kadeřavou petrželí, viz barevný obrázek.

Rozpočet pro 5 osob: 10 *dkg* šunky - 10 *dkg* debrecínské - 10 *dkg* telecí - 10 *dkg* vepřové pečeně - 10 *dkg* peč. kuřete - 15 *dkg* jemných salámů - 10 *dkg* paštiky - 20 *dkg* vlašského salátu - 5 *dkg* ementálského sýra - 3 lupínky hlávkového salátu - 2 kyselé okurky - 5 *dkg* másla na květinky - ½ *dkg* kaviáru - 1 vejce - 5 *dkg* uzeného lososa - 2 sardinky - 3 očka - aspik - citron a zelená petrželka.

Jemný nářez.

Jednodušší a rychlejší úpravu mísy, nežli je švédská mísa, upravíme z jemného nářezu takto: pod okraj kulaté stříbrné neb porcelánové mísy složíme střídavě do kruhu tence nakrájenou jemnou světlou jazykovou tlačenku a pařížský salám. Druhý kruh upravíme střídavě z uzeného jazyka a uherského salámu. Další menší kruh vyplníme plátky šunkového a pražského salámu. Do středu složíme hvězdici z trojúhelníčků ementálského sýra, mezi kterou položíme plátky lanýžového salámu. Navrch na hvězdici postavíme na čtvrtky nakrájené vařené vejce a do středu položíme růžičku z másla a celou mísu ozdobíme zelenou kadeřavou petrželí. Tlačenku a salámy klademe na mísu oloupané.

Rozpočet pro 5 osob: 15 *dkg* tlačenky - 15 *dkg* pařížského salámu - 10 *dkg* uzeného jazyka - 10 *dkg* uherského - 10 *dkg* šunkového - 10 *dkg* pražského - 10 *dkg* lanýžového salámu - 10 *dkg* ementálského sýra - 1 vejce - 5 *dkg* másla na růžičku - zelená kadeřavá petržel.

XIX. JÍDELNÍ LÍSTEK PRO ČTYŘI ROČNÍ DOBY

Předkládajíc pozornosti našich hospodyněk jídelní lístky pro čtyři roční období, mám na mysli podati vzor, jak nutno stravu střídati, aby byla výživná, a to při lístcích jednoduchých i složitějších, aby prospěla nejen zdraví stolovníků, ale byla též pomůckou hospodyním, jak skrovně, tak i bohatěji stravu upravujícím.

Změny v jednotlivostech i některých jídlech dojista upraví si každá kuchařka podle vlastní praxe, zkušenosti neb i z ohledů finančních.

Jarní jídelní lístek.

1. *Oběd:* polévka z jarních bylinek se smaženou houskou, pečené jehně s reveňovým kompotem, vdolečky.

Večeře: vejce na kyselo s třenými noky.

2. *Oběd:* krupicová polévka, zadělávané telecí maso s houskovými knedlíčky, pomerančové řezy z bramborového těsta.

Večeře: mozečkové kotlety se špenátem.

3. *Oběd:* hovězí polévka s jaterním svítkem, maso s dušenou mrkví, makovníčky.

Večeře: brambory s vejci a šunkou — čerstvé ovoce.

4. *Oběd:* chřestová polévka s piškotovým svítkem, smažené kuře se zeleným hráškem, palačinky.

Večeře: dušené ledvinky s rýží — čerstvé ovoce.

5. *Oběd:* housková polévka, sázené vejce se špenátem, dukátové buchtičky s krémem.

Večeře: přírodní řízky se zavařeným třešňovým kompotem.

6. *Oběd:* špenátová polévka s houskovými knedlíčky, velikonoční sekanina s opečenými brambory, rychlé omelety se zavařeninou.

Večeře: chléb s máslem a tvarohem (rozhuda) — mléko.

7. *Oběd:* mozečková polévka s třeným svítkem, telecí závitky (španělští ptáci) s brambory, smaženými mrkvičkami, citronový nákyp s malinovou šťávou.

Večeře: míchaná vejce s hlávkovým salátem.

Letní jídelní lístek.

1. *Oběd:* polévka z kyselého mléka, přírodní řízky, kompot z čerstvého ovoce (jahod, třešní a pod.), nové brambory, třešňové knedlíky.

Večeře: květák vařený s máslem a houskou nebo květákový puding — čerstvé ovoce.

2. *Oběd:* pórová polévka s morkovými knedlíčky, plněná brukev, husí krev s okurkovým salátem neb hříbky s vejci, rybízový koláč.

Večeře: pomazánka z tvarohu — ovoce.

3. *Oběd:* drůbková polévka s rýží, kapustové karbanátky s bramborovou kaší, košíčky s ovocnou pěnou neb šlehanou smetanou a jahodami.

Večeře: chléb s máslem, sýr, šunka a naložené okurky.

4. *Oběd:* polévka z čerstvých hříbků s vaječnou ssedlinou neb sněhovými nočky, nadívaná rajská jablíčka, třešňovec.

Večeře: vepřové uzené vařené nožičky se zeleninovým salátem.

5. *Oběd:* francouzská polévka, dušená telecí játra, třený knedlík, hanácké koláče.

Večeře: smažené řízky s míchaným kompotem neb pečená šunka s vejci.

6. *Oběd:* hovězi polévka s taštičkami se zeleninou, maso s koprovou omáčkou, meruňkové knedlíky.

Večeře: kapustové neb zelné závity s brambory.

7. *Oběd:* játrová polévka se smaženým hráškem, mladá husa s hlávkovým neb brukvovým zelím, nové brambory, jahodový krém neb zmrzlina.

Večeře: zadělávané drůbky s nudlemi a květákem.

Podzimní jídelní lístek.

1. *Oběd:* květáková polévka, dušené kotlety s rýží, piškotový závin.

Večeře: cezené nudle sypané strouhaným parmezánským sýrem.

2. *Oběd:* cibulová polévka se sněhulkami, nudlové čtverečky s uzeným masem, máslové koláčky — ovoce.

Večeře: smažený brzlík s tatarskou omáčkou neb s dušenou brukví.

3. *Oběd:* zeleninová polévka, špenátový závin s citronovou omáčkou, švestkové knedlíky, medvědí tlapičky.

Večeře: beefsteak s vejci, smažené brambory — ovoce.

4. *Oběd:* brukvová polévka s houskovým neb krupicovým svítkem, kuře na paprice, jemný houskový knedlík nebo brambory, vaječný trhanec se švestkovým kompotem.

Večeře: květák s parmezánem neb pečený květák neb květákový puding.

5. *Oběd:* rybí polévka se smaženou houskou, smažený kapr s fazolkovým neb bramborovým salátem, lívanečky — ovoce.

Večeře: kapr na sardelích, brambory neb pomazánka ze sleziny.

6. *Oběd:* hovězí polévka s játrovou rýží, maso obložené dušenou mrkví neb naloženou červenou řípou, tvarohové knedlíky se smaženou houskou neb malinovou šťávou.

Večeře: smažené telecí nožičky se špenátem.

7. *Oběd:* brzlíková polévka se sněhovým svítkem, telecí závitek s uzenou moravskou klobásou a s omeletovými nudlemi, jablkové smažinky.

Večeře: pečené koroptve s rýží neb brusinkami aneb s červeným zelím.

Zimní jídelní lístek.

1. *Oběd:* hrachová polévka se sněhovými nočky neb smaž. houskou, bramborový závin s uzeným masem a hořčicovou omáčkou neb dušeným zelím. Krupicová kaše neb krupicový nákyp.

Večeře: mozeček s vejci.

2. *Oběd:* zelná polévka, risotto neb pilaf s rýží, bramborové řezy.

Večeře: smažená telecí játra, opečené brambory — ovoce.

3. *Oběd:* jáhlová polévka, sekaná pečeně v kapustě, jablkový závin neb jablkovec.

Večeře: zajíc na černo, moučné noky neb pomazánka z uzenáče.

4. *Oběd:* celerová polévka s kapustovým svítkem, zajíc na smetaně, brambory nebo třený knedlík, koblihy.

Večeře: uzený jazyk s hrachovou kaší (viz Hovězí jazyk naložený).

5. *Oběd:* bramborová polévka, slaninové knedlíky se zelím, smažené boží milosti neb růže — čerstvá jablka.

Večeře: zadělávané plíčky s bramborovými noky neb slezské placky.

6. *Oběd:* rybí polévka se smaženou houskou, kapr v rosolu s majonézou, pomerančový koláč.

Večeře: klobásy neb jaterničky se zelím a brambory.

7. *Oběd:* telecí polévka s mozečkovou ssedlinou, krocan s houskovou neb mandlovou nádivkou, se zavařeným kompotem (višňovým, rybízovým, jahodovým), jablka v závěji.

Večeře: studený krocan s bramborovým salátem.

Slavnostní oběd.

Královská polévka s dvojitým svítkem, míšeninka na lasturkách, přírodní srnčí kýta obložená paštičkami z máslového těsta a brusinkami, dort „Malakov“, pařížské dortíčky, košíčky se šlehanou smetanou ozdobené ovocem, vanilková neb jahodová zmrzlina s piškoty.

Teplá večeře:

I.

Štika na smetaně s malými brambůrky neb jen s máslem. Pečený poularde s kompotem. Kaštanový neb kávový puding.

II.

Ruská vajíčka, přírodní svíčková s francouzskými brambory a ovocný nákyp.

Studená večeře:

Vejce plněná v rosolu s hlávkovým salátem neb telecí ořech v rosolu se smetanovou majonézou. Galantina neb játrová paštika ozdobená aspikem, citronem a pod., neb švédská mísa.
Svatební dort neb kávové trojhránky, ovoce a sýr.



Úprava stolu k studenému občerstvení



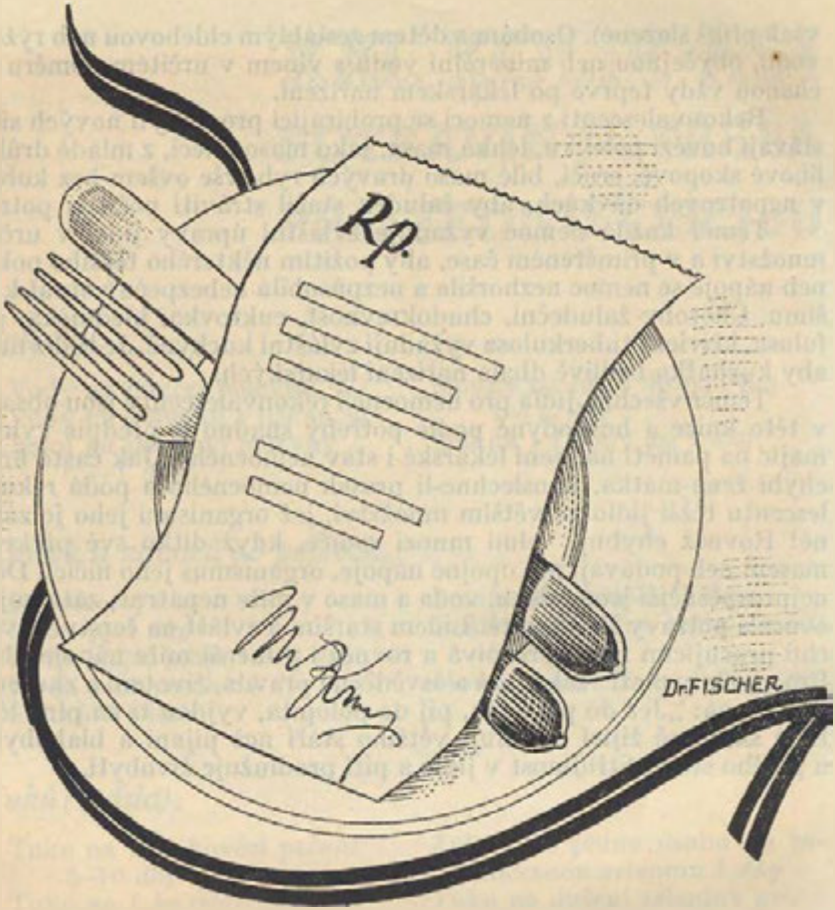
Úprava stolu k podání čaje.



Úprava stolu k slavnostní večeři.



Úprava stolu k hostině.



XX. O STRAVĚ PRO NEMOCNÉ A STŘÍDMOSTI V JÍDLE A PITÍ

Nemocní vyžadují nejen pomoci lékařské, ale i největší pozornosti při podávání pokrmů a nápojů, které jim lékař nařizuje.

Lidé ochořelí horečkami nežádají potravy, ale trpí žízní, poněvadž při rychlém oběhu krve a zvýšené teplotě vypařují více vody než tělo jejich přijímá. Tu je nutno podávati jim nápoje horkost tělesnou zmírňující, jako citronovou vodu, mandlové mléko, ovocné limonády (ne

však příliš slazené). Osobám a dětem zesláblým chlebovou neb rýžovou vodu, obyčejnou neb minerální vodu s vínem v určitém poměru smíchanou vždy teprve po lékařském nařízení.

Rekonvalescenti z nemoci se probírající pro nabytí nových sil dostávají hovězí polévku, lehká masa, jako maso telecí, z mladé drůbeže, libové skopové, srnčí, bílé maso dravých ryb, vše ovšem bez koření a v nepatrných dávkách, aby žaludek stačil stráviti požitou potravu.

Téměř každá nemoc vyžaduje zvláštní úpravy jídel v určitém množství a v přiměřeném čase, aby požitím některého těžšího pokrmu neb nápoje se nemoc nezhoršila a nezpůsobila nebezpečný obrat k horšímu. Choroby žaludeční, chudokrevnost, cukrovka, bledníčka, skrofulosa, křivice i tuberkulosa vyžadují zvláštní kuchyně. Je tudíž nutno, aby kuchařka bedlivě dbala nařízení lékařských.

Téměř všechna jídla pro nemocné i rekonvalescenty jsou obsažena v této knize a hospodyně podle potřeby snadno si předpis vyhledá, majíc na paměti nařízení lékařské i stav nemocného. Jak často hrozně chybí žena-matka, uposlechne-li proseb nemocného a podá rekonvalescentu těžší jídlo ve větším množství, jež organismu jeho je záhubné! Rovněž chybují velmi mnozí rodiče, když dítko své překrmují masem neb podávají mu opojné nápoje, organismus jeho ničící. Dětem nejprospěšnější jsou mléko, voda a maso v míře nepatrné, zato hojnost ovoce a potravy škrobovité. Lidem starším a zvlášť na čerstvém vzduchu pracujícím maso prospívá a rovněž i v menší míře nápoje lihové. Pro všechny platí však stará a osvědčená pravda, životem a zkušeností posvěcená: „Jez do polosyta, pij do polopita, vyjdou ti na plno léta." Lidé skromně žijící dosahují většího stáří než pijani a blahobytníci u plného stolu. Střídmost v jídle a pití prodlužuje živobytí.

XXI. KOLIK ASI POTRAVIN JE TŘEBA PRO JEDNU OSOBU

1. Polévky.

Vody na hovězí polévku $^{1}/_{3}$ *l*
Vody na polévku s jíškou ¼ *l*
Tuku na jíšku do polévky $^{3}/_{4}$—1 *dkg*
Mouky na jíšku do polévky 1–1½ *dkg*
Soli na 1 *l* vody asi 1 *dkg*

2. Vložek a závarů do polévek.

Krupice ½ *dkg*
Krup ½–1 *dkg*
Rýže, sága, jahel 1–1½ *dkg*
Nudlí a čtverečků 1 *dkg*
Svítku 1 lžíce.
Smaženého hrášku 1 lžíce
Luštěnin (hrachu, čočky, fazolí) 2–3 *dkg*
Housky neb chleba 1–1½ *dkg*

3. Tuků (másla).

Tuku na 1 *kg* hovězí pečeně 5–10 *dkg*
Tuku na 1 *kg* telecí pečeně 8–10 *dkg*
Tuku na 1 *kg* skopové pečeně 5–10 *dkg*
Tuku pro jednu osobu na zadělávanou zeleninu 1 *dkg*
Tuku na dušení zeleniny pro 1 osobu 1–1½ *dkg*
Tuku na omáčku pro 1 osobu ½–1 *dkg*

4. Masa.

Hovězího na vaření 10–12 *dkg*
Hovězího na pečení 15 *dkg*
Telecího 10–15 *dkg*
Vepřového 12 *dkg*
Skopového 15–18 *dkg*
Sekaného 6–8 *dkg*
Jater, ledvinek, pliček 6–10 *dkg*
Mozeček vepřový je pro 1 osobu
Mozeček telecí je pro 1–2 osoby
Králík je pro 5–6 osob

5. Drůbeže.

Husa pečená je pro 10–12 osob
Kachna pečená je pro 5–7 osob
Kuře smažené je pro 2–4 osoby
Kuře pečené je pro 4–6 osob
Holub je pro 1–2 osoby
Krocan je pro 12–15 osob

6. *Zvěřiny.*

Bažant je pro 4–6 osob
Koroptev je pro 1–2 osoby
2 kvíčaiy jsou pro 1 osobu
Sluka je pro 1 osobu
Divoká kachna je pro 5 osob
Zaječí předek je pro 3–5 osob
Zaječi zadek je pro 6–10 osob
Srnčí kýty pro 1 osobu 12–15 *dkg*
Srnčích plecí pro 1 osobu 15–20 *dkg*
Jeleního masa pro 1 osobu 12–15 *dkg*

7. *Ryby.*

Kapra pro 1 osobu 25 *dkg*
Bílé ryby pro 1 osobu 20–25 *dkg*

8. *Příkrmů.*

a) *zeleninových:*
brukve, mrkve, špenátu pro 1 osobu 15 *dkg*
kapusty, zelí, dýně 12–15 *dkg*

b) *bramborových:*
bramborpro1osobu25–30*dkg*

c) *luštěninových:*
čočky, hrachu, fazolí pro 1 osobu 3–5 *dkg*

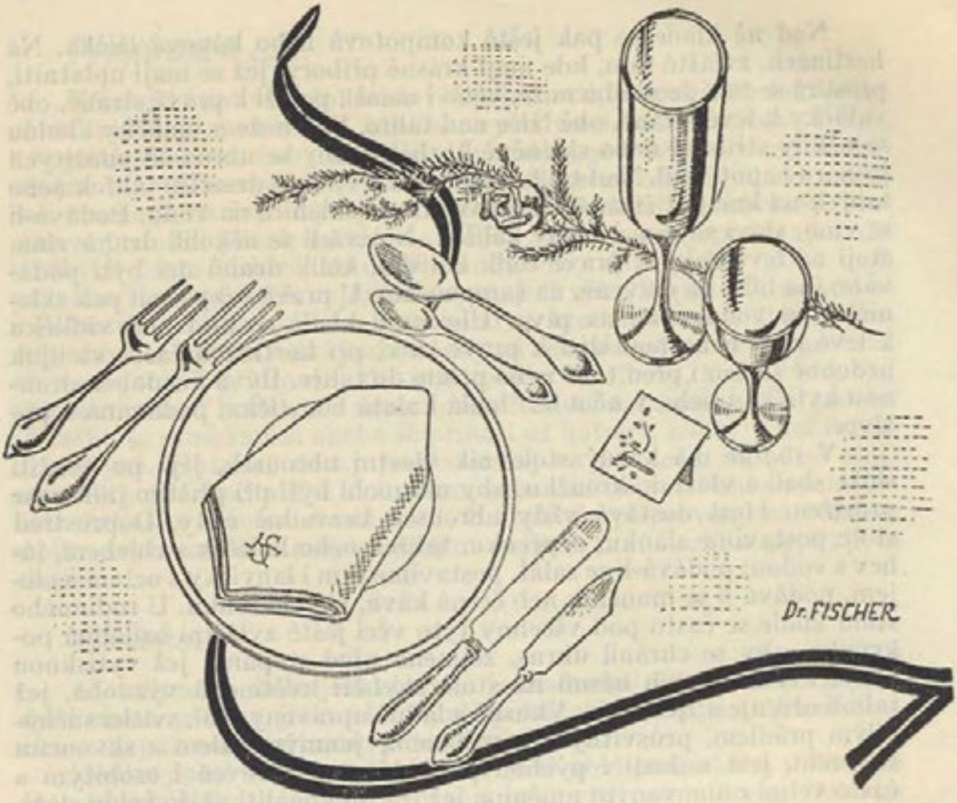
d) *moučných:*
mouky na knedlíky pro 1 osobu 5–10 *dkg*
na ¼ *kg* mouky 1 *dkg* droždí
mouky na nudle pro 1 osobu 3–4 *dkg*
krup, krupice pro 1 osobu 3–4 *dkg*
rýže pro 1 osobu 3–5 *dkg*

9. *Moučníků.*

Krupičkové mouky na těsto kynuté pro 1 osobu 8–10 *dkg*
Hladké mouky na těsto kynuté 10–12 *dkg*
Hladké mouky na těsto omeletové 4–5 *dkg*
Hladké mouky na tažený závin 2–4 *dkg*
Hladké mouky na těsto nudlové 5–8 *dkg*
Krupice na kaši 2–3 *dkg*
Rýže na kaši 3–4 *dkg*

10. *Kávy, čaje, čokolády, kakaa.*

Kávy zrnkové pro 1 osobu ½–1 *dkg*
Kávy obilné pro 1 osobu ½–1 *dkg*
Čaje ½ kávové lžičky
Čokolády 1½–2 *dkg*
Kakaa 1 *dkg*
Mléka na kávu ⅛ *l*
Mléka na kakao ¼ *l*
Vody na kávu ⅛ *l*
Vody na čaj ¼ *l*
Vaječný bílek váží 3 *dkg*
1 kostka cukru váží 5–7 *g*.



XXII. STOLNIČENÍ

O prostírání.

K obědu a k večeři se stůl prostírá bílým ubrusem. Na ten se postaví tolik talířů, kolik osob za stůl zasedne. Talíře mají býti stejné velikosti i vzoru. Dospodu postavíme talíř mělký. Předkládá-li se polévka, postavíme na něj ještě talíř polévkový. Talíře dáváme — dovolí-li to stůl — asi ³/₄ *m* od sebe a asi na 2 prsty od kraje stolu. Vedle talíře položíme příbory. Mají být také stejné pro všechny. Po pravé ruce položíme nůž, ostřím obrácený k talíři, po levé ruce vidličku, hroty obrácenou vzhůru. Lžíce na polévku klade se nad talíř, držátkem k pravé ruce, a to špičatým koncem vzhůru. Dáváme-li na stůl zároveň zvláštní moučníkový nebo příkrmový příbor, položí se polévková lžíce vedle nože po pravé straně a moučníkový příbor nad talíř, a to tak, že nůž je obrácen střenkou k pravé ruce a ostřím k talíři, vidlička střenkou k levé ruce a hroty vzhůru.

Nad ně klade se pak ještě kompotová nebo kávová lžička. Na hostinách, zvláště tam, kde mají krásné příbory, jež se mají uplatniti, prostírá se tak, že se oba nože, větší i menší, položí k pravé straně, obě vidličky k levé straně, obě lžíce nad talíře. Pod nože a vidličky kladou se někdy stříbrné nebo skleněné kozličky, aby se ubrus od použitých příborů nepotřísnil. Nad talíře klade se k levé ruce desertní talířek nebo talířek na kompot či salát, k pravé straně sklenice na vodu. Podává-li se víno, staví se tam i vinný kalíšek. Nalévá-li se několik druhů vína, stojí od levé ruky k pravé tolik kalíšků, kolik druhů má býti podáváno (na bílé, na červené, na šampaňské). U pravé ruky stojí pak sklenička na vodu nebo na pivo. Ubrousek klade se buď pod vidličku k levé ruce nebo pod lžíci k pravé ruce, při hostinách často všelijak ozdobně složen i před talíř nebo přímo do talíře. Bývá i ozdoben drobnou kytičkou nebo v něm leží malá kulatá houstička, podávaná k polévce.

V rodině má každý stolovník vlastní ubrousek, jejž po použití složí, sbalí a vloží do kroužku, aby mu mohl býti při příštím jídle zase prostřen. Host dostává vždy ubrousek bezvadně čistý. Doprostřed stolu postavíme slánku, pepřenku, talířek nebo košíček s chlebem, láhev s vodou; podává-li se salát, postavíme tam i lahvičky s octem a olejem, podává-li se moučník neb černá káva, též cukřenku. U rodinného stolu klade se často pod všechny tyto věci ještě zvláštní ozdobná pokrývka, aby se chránil ubrus, zejména před stopami, jež vytisknou mísy. Při hostinách nesmí na stole chyběti květinová výzdoba, jež tabuli oživuje a zjemňuje. Vkusně a ladně upravený stůl, svítící sněhobílým prádlem, průsvitným porcelánem, jemným sklem a skvoucím stříbrem, jest radostí i pýchou paní domu a zároveň i osobitým a často velmi rafinovaným uměním, jež lze zdokonaliti až do velmi složitých, uměleckých, barevných dojmů podle vytříbenosti vkusu a plné tobolky těch, kdož jej upravují. Ale i každodenní rodinný stůl, třeba prostý a nenákladný, má býti vkusně a pečlivě upraven. Stolování jest často jediná chvíle, kdy se rodina schází. Má přispěti k rodinné náladě, k jejímu teplu a důvěrnosti.

To děje se nejen požitky, jež připravuje jazyku a žaludku, nýbrž i potěšením oka a krasocitu.

Prostírání k snídani a k svačině.

K snídani a k svačině lze prostříti i ubrus barevný. Koflíky a talířky mají býti stejné. Rozestavíme předem na stůl tolik koflíků a talířků, kolik osob za stůl zasedne. Ouška koflíků obrátí se k pravé ruce. Lžička položí se buď na talířek nebo na ubrousek k pravé ruce špičkou vzhůru, nebo nad talířek, držátkem k pravé ruce. K levé ruce postavíme nad koflík malý desertní talířek na zákusky.

Dáváme-li desertní talířek, klademe na něj ubrousek a malý desertní nůž, po případě vidličku.

Doprostřed stolu postavíme cukřenku s kleštičkami na cukr, na podnose láhev s vodou a skleničky a na mise zákusky. Jsou-li přítomni hosté, nemají nikdy chyběti květiny.

Prostírání k čaji.

Někdejší kávové a čokoládové společnosti, jež se těšily tak veliké oblibě u našich maminek a babiček, vyšly dnes úplně z módy, a tam, kde ještě vládnou, nabyly přísně důvěrného, starosvětsky rodinného, ale tím teplejšího rázu. Chceme-li pohostiti méně blízké přátele a známé, zveme je na čaj, obyčejně v pět hodin. Je-li to čaj důvěrný, prostírá se podobně jako k snídani a svačině. Jenže se k čaji podávají vedle sladkých často i slané zákusky (sandwiche, slané tyčky atd.). Je-li pozváno mnoho hostů, zejména naplňují-li několik pokojů, upraví se v jednom z nich na velikém stole nebo na kredenci bufet. Stůl se prostře, mísy se zákusky slanými i sladkými se úpravně po něm rozestaví, na menší stolek připraví se desertní talířky a příbory, koflíky atd. Čaj připravuje buď hostitelka sama (není-li hostů tuze mnoho) u malého stolečku se samovarem anebo se přináší už hotový, nalitý v koflíkách, z kuchyně. Služebné dívky podávají čaj na podnose, na němž stojí zároveň cukřenka, talířek s citronem nebo nádobka se šlehanou smetanou. Zákusky berou si hosté sami. Na talířek, připravený na menším stolku, vyberou si z mís, co se jim nejlépe zamlouvá, a pojídají to stojíce.

Obsluha.

U rodinného stolu jest obsluha jednoduchá. Služka nebo hospodyně sama přinese jídlo z kuchyně, položí v mísách na stůl a stolovníci sami pak podávají mísu jeden druhému.

Je-li v domě služebné děvče, umyje si před podáváním jídla čistě ruce, obleče čistou zástěrku a přináší mísy vždy na podnose. Polévka se podává v polévkové míse a nese se na stůl i s naběračkou. Maso se nakrájí a upraví na mísu už v kuchyni a klade se k němu vždy vidlička a lžíce. K zelenině, luštěninám, rýži, tedy k pokrmům sypkým, stačí lžíce, k pokrmům, jež se podávají v kouskách a s omáčkou, lžíce a vidlička. K nákypům, pudingům patří lžíce, k moučníkům, zejména jsou-li zdobeny krémem, sněhem nebo smetanou, lopatička. K sýru nůž.

Mísy staví děvče vždy nejprve před domácí paní. Ta si bere první a pak mísy podává dále. Jsou-li u stolu hosté, zejména je-li společnost četnější, roznáší dívka pokrmy kolem stolu kvůli rychlejší obsluze, aby nevychladly. Mísy podává s levé strany obratně až k talíři. Mísa nesmí se držeti při tom vysoko, tak, aby host nemusil žádného zvláštního úsilí vynaložiti, aby z mísy pokrm na talíř přenesl. Chce-li domácí paní dívky při roznášení pokrmů takto použíti, musí ji v tom dříve řádně vycvičiti. Je-li hostů u stolu mnoho, zejména při hostinách, nutno mísy podávati se dvou neb i více stran současně, aby jídlo nedocházelo k stolovníkům úplně studené. Pak je ovšem třeba k obsluze lidí několika.

Mísy se podávají se strany levé, upotřebené talíře se odebírají a vyměňují za čisté se strany pravé. Nápoje se nalévají také se strany pravé.

Upotřebených talířů staví se vždy několik na sebe, lžíce a příbory se položí na vrchní z nich a odnášejí se na podnose v menších vrstvách.

Do jídelny vstupuje služebná dívka toliko na zavolání, nehlučně a vždy s podnosem v ruce. Vše, co přináší nebo odnáší, klade na podnos, třeba to byl jediný talíř.

Víno nalévá v důvěrném kruhu obyčejně hostitel sám.

Čestné místo u stolu.

Čestné místo u stolu jest na užší straně stolu, odkud jest viděti na dveře a odkud lze přehlédnouti celý pokoj. Toto čestné místo zaujímá v rodině vždy matka, ve společnosti hostitelka. Pro hosta jest čestné místo po pravé a levé ruce hostitelky. Tato místa vykazuje hostitelka nejstarším a nejváženějším členům společnosti. Jim také může podati mísu, jež jí byla předložena, aby si vzali dříve než ona. Je-li hostem pán, nikdy této pocty neužije, nýbrž poprosí hostitelku, aby si vzala první.

O chování u stolu.

Do jídelny vcházíme vždy, i doma, slušně oblečeni. V rodině nezapomeneme si před jídlem umýti ruce. Počkáme u vykázaného místa a neusedneme a jísti nezačneme, dokud není u stolu matka nebo hostitelka. Pozvaní hosté dbají, aby se dostavili přesně v stanovenou hodinu. Dát na sebe s obědem nebo večeří čekat, jest nešetrnost. Jídlům, připraveným na určitou hodinu, neprospívá, osuší-li se v troubě nebo ohřivárně, a host, přicházející pozdě, připravuje hospodyni, jež často jídlo chystá s nekonečnou pečlivostí, trapné rozpaky. Mimo to jest nezdvořilé nutiti ostatní členy společnosti, aby na něho čekali.

U stolu smíme zaujmouti pro sebe jen tolik místa, kolik je nezbytně nutno. Lokte držíme u těla, o stůl smíme opříti jen předloktí. Při krájení pohybujeme jen rukou a zápěstím. Sedíme zpříma, blízko u stolu; toliko hlavu nakláníme nad talíř.

Ubrousek, z poloviny nebo ze dvou třetin rozložený, rozprostřeme po kolenou. Zastrkávat ubrousek za živůtek neb vestu jest směšné.

U stolu se vystříháme všeho, co by spolustolujícím kazilo chuť k jídlu a veselou náladu, nebo co by dokonce vzbuzovalo ošklivost. Proto při jídle nikdy nehovoříme o věcech smutných, ošklivých nebo nepříjemných, na př. o úmrtí, nemocech, o věcech, jež mohou vyvolati spory mezi přítomnými atd. Že u stolu nesrkáme, nemlaskáme, nefoukáme do talíře, nesmrkáme, nekašleme, rozumí se samo sebou. Nálada u stolu má být srdečná, družná a veselá a každý účastník má něčím k ní přispěti. Jeviti přílišnou chtivost předložených jídel nebo nápadně vyhledávati nejlepší a největší kousky jest společenskou nevychovaností.

Na talíř si vezmeme jenom tolik jídla, kolik sníme, raději méně než více. Nechávati zbytky na talíři není zdvořilé. Zbylou omáčku lžicí ani nožem nevyjídáme, proto si jí nebereme příliš mnoho.

Polévku jíme lžicí, již držíme v pravé ruce palcem a ukazováčkem a prostředním prstem podpíráme. Lžíci neneseme k ústům špičkou, nýbrž širokou stranou blízko špičky. Nenaplňujeme ji příliš, aby nám polévka nekapala zpět do talíře. Jsou-li v ní větší knedlíčky (lépe dělat

malé) nebo noky, překrojíme je v talíři lžící a neseme k ústům. Jsou-li v ní nudle, nabereme, přitiskneme lžíci k talíři, čímž odkrojíme přesahující nudle, aby nevisely se lžíce, a potom teprve neseme k ústům. Na hostinách nenahýbáme talíř, abychom dojedli polévku do poslední kapky. V rodině, v důvěrném kruhu, můžeme to udělat. Talíř nakloníme mírně od sebe, polévku nabíráme lžící směrem k sobě. Zbytek polévky slévati s talíře na lžíci nesmíme.

Ryby jedí se na hostinách zvláštním příborem, sestávajícím z vidličky a nože, podobného lopatičce. Vidličku držíme pak v levé ruce, nůž na ryby v pravé. V rodině jíme je vidličkou v pravé ruce a kouskem chleba v levé ruce rybí maso přidržujeme. Masový nůž k rybám nepatří.

Maso pečené jíme vidličkou v levé ruce a nožem v pravé ruce. Odkrojíme vždy jen malý kousek masa nebo příkrmu (knedlík, brambor atd.), nožem je potřeme omáčkou a vidličkou neseme do úst. Nůž i vidličku držíme lehce při hořejším konci střenky palcem a ukazováčkem a prostředním prstem přidržujeme. Všechny naše pohyby mají býti klidné, snadné, prosté všeho úsilí.

Nůž za žádných okolností nesmí se dávati do úst. Jísti nožem jest považováno mezi evropskými národy za neomalenost a budí pohoršení. Ani omáčku nesmíme pojídati nožem.

Kosti ve společnosti neokusujeme. Okrájíme je, pokud lze nožem a vidličkou na talíři. V rodině, v důvěrném kruhu, můžeme poprositi domácí paní, abychom směli kosti vzíti do rukou.

Zeleninu, luštěniny, kaše, pudingy, všechno jídlo, jež se nekrájí, jíme vidličkou v pravé ruce. Vidličkou jídlo nabíráme a kouskem chleba je na vidličku postrkujeme.

Moučník (vdolky, lívanečky, buchty, vše, co je mastné a čím lze si potřísniti prsty) jíme nožem a vidličkou. K dortům a nákypům má se dáti buď lžička nebo desertní nůž a vidlička, nikdy pouhý nůž, neboť nožem nésti k ústům nesmíme ani moučník.

Salát jíme nožem a vidličkou.

Kompot jí se malou lžičkou. Jsou-li v ovoci pecky, oddělíme pecku od dužiny v ústech a pecku položíme nazpět do lžičky, tou pak na talířek.

Sýra, másla odkrojíme nožem, jenž se k nim podává, kousek z misy na svůj talířek. Vlastním nožem pak másla rozetřeme na kousek chleba a z toho přímo ukusujeme. Ze sýra odkrojíme vždy sousto, nožem posunujeme je na chléb a s chlebem jíme.

Chléb se z krajíčků neb skývy neodkrojuje, nýbrž láme. Přichází-li chléb na stůl už obložený, jí se nožem a vidličkou, předkládá-li se k chlebu s máslem studený nářez, jíme nářez nožem a vidličkou, chléb neseme k ústům rukou a ukusujeme z něho.

Salámy přicházívají na stůl loupané. Nejsou-li, odstraníme slupku nožem a vidličkou s každého kolečka zvlášť, než je nakrojíme, a jíme nožem a vidličkou.

Uzenky jíme nožem a vidličkou, odkrojíme sousto nožem a vidličkou odstraníme slupku a neseme vidličkou do úst.

Vajíčka míchaná jíme lžičkou nebo vidličkou a chlebem nebo houskou. Sázená vejce jíme nožem a vidličkou. Vejce na tvrdo rozkrojíme nožem i se skořápkou, půlky ze skořápky vybereme, překrojíme

na čtvrtky, osolíme, postrčíme na chléb a s ním jíme. Vejce na měkko dáme do kalíšku, nožem odkrojíme vršek i se skořápkou, ostatek jíme lžičkou a střídkou chleba.

K hlemýžďům dává se zvláštní úzká, dlouhá, dvouzubá vidlička, jíž se míšeninka z ulity vybere a jí. Kde té není, stačí obyčejná vidlička.

Syrové ovoce (drobné) jí se rukou. Jablka, hrušky, broskve se rozkrojí, oloupou a rukou se nesou k ústům. K hroznům se podává nádobka s vodou na opláchnutí.

Nápoje nalévají se do ¾ sklenice. Před napitím si osušíme rty ubrouskem, aby nebyly mastné. Pijeme malými doušky, ne mnoho najednou. Teplé nápoje se osladí a po zamíchání se lžička položí na talířek dříve, než se pije.

U stolu sedí všichni stolovníci, dokud nepovstane domácí paní. Ta vstává, až všichni dojedli. Jakmile ona povstane, vstávají od stolu i ostatní členové společnosti.

DOBA ZRÁNÍ JEDNOTLIVÝCH ZELENIN

Kořenovou petržel můžeme již upotřebiti od poloviny května. Čím dále k létu a podzimu, tím má kořeny tvrdší a větší. V téže době můžeme již použiti *mrkve a celeru.*

Kapusta zraje již v červnu, její hlávky jsou však ještě malé. Zimní kapusta má velké a tvrdé hlávky. Zároveň s kapustou zraje též *zelí.*

Jarní *brukev* zraje v květnu, jest jemnější chuti než brukev zimní, brzo však dřevnatí.

Cibule zraje v květnu, jest však nutno ji brzo upotřebiti. Zimní cibule vydrží ve tmě a ve studenu až do dubna.

Česnek zraje v červnu.

Doba *chřestu* jest pouze na jaře, od dubna do května, nejvýše do poloviny června.

Rané druhy *brambor* zrají v červnu a v červenci, možno však je uschovati. Podzimní druhy se vykopávají v září, říjnu.

Květák zraje v červnu. Podzimní druh uchováme přes zimu.

Okurky dorůstají na jaře v červnu a po celé léto.

Hlávkový salát jest nejjemnější na jaře.

Špenát jarní se trhá v jarních a letních měsících. Podzimní druh vydrží však dlouho do zimy.

Ředkvička jest nejchutnější na jaře.

Pažitku máme nejlepší v březnu, uchováme ji však do podzimu.

Zelená petrželka zůstane svěží po celý rok.

CHEMICKÉ SLOŽENÍ RŮZNÝCH POTRAVIN

		Voda	Tuk	Bílkovina	Cukr a škrob
	mléko	87 %	3 %	3 %	5 %
	vejce	75 %	10 %	14 %	1 %
	máslo	10 %	80 %	1 %	—
	sýr	40 %	25 %	30 %	3 %
	luštěniny	13 %	2 %	22 %	53 %
	brambory	76 %	0·5 %	2 %	21 %
	mouka pšeničná	12 %	2 %	10 %	69 %
	mouka žitná	14 %	3 %	12 %	70 %
	rýže	12 %	1 %	8 %	79 %
Masa:	hovězí	65 %	8 %	20 %	—
	telecí	72 %	5 %	20 %	—
	vepřové	55 %	30 %	16 %	—
	kuře	73 %	5 %	18 %	—
	husa	47 %	14 %	35 %	—
	holub	74 %	1 %	21 %	1 %
	hovězí játra	70 %	5 %	20 %	2 %
	zajíc	75 %	1 %	22 %	—
	srnec	76 %	2 %	20 %	—
Zelenina:	celer	85 %	0·5 %	2 %	12 %
	mrkev	86 %	0·5 %	2 %	10 %
	kapusta	80 %	1 %	4 %	12 %
	brukev	86 %	0·5 %	3 %	8 %
	zelený hrášek	80 %	1 %	6 %	12 %
	okurka	95 %	—	1 %	2 %
	salát hlávkový	92 %	0·5 %	2 %	2 %
	chřest	93 %	0·5 %	2 %	3 %
Ovoce:	jablka	85 %	—	0·5 %	12 %
	hrušky	84 %	—	0·5 %	12 %
	třešně	80 %	—	0·7 %	11 %
	švestky	81 %	—	0·7 %	11 %
	ořechy	7 %	56 %	16 %	13 %
	oříšky	7 %	63 %	17 %	7 %
	mandle	6 %	52 %	23 %	8 %
	kaštany	8 %	3 %	11 %	73 %
	banány	75 %	—	1 %	20 %

XXIII. JÍDELNÍČKY

Předpisy na pokrmy

k těmto jídelním lístkům jsou zařazeny v knize.

Ukázka jídelníčků

při nedostatku solné kyseliny.

1. *Oběd:* polévka z kyselého mléka, sekaná telecí pečeně s hlávkovým salátem, tvarohový nákyp s ovocnou kaši.
1. *Večeře:* vaječné omelety se špenátem.
2. *Oběd:* polévka z kostí s nudlemi, pečený květák, krupicová kaše s jablkovým kompotem.
2. *Večeře:* pečené makarony s rajskými jablíčky.
3. *Oběd:* lisovaná bramborová polévka, risoto s parmezánem — hlávkový salát, citronový puding.
3. *Večeře:* špenátové omelety.

Ukázka jídelníčků

při přebytku kyseliny solné ve šťávě žaludeční.

1. *Oběd:* polévka kmínová se sněhovým svítkem, telecí maso zadělávané s houskovými knedlíčky.
1. *Večeře:* citronový nákyp.
2. *Oběd:* polévka zeleninová, nadívané kuře s kompotem ze suchých švestek.
2. *Večeře:* ovocný nákyp (viz Americký páj).
3. *Oběd:* polévka ze zeleného hrášku, telecí pečeně s bramborovou kaši (bez cibule).
3. *Večeře:* Grahamův chléb s tvarohem, utřeným s mlékem.

Ukázka jídelníčků

při žlučových kaméncích.

1. *Oběd:* polévka z mladé brukve s piškotovým svítkem, telecí karbanátky, špenát (bez cibule).
1. *Večeře:* ovocný nákyp (způsob americké páje).
2. *Oběd:* květáková lisovaná polévka, pečené kuře nebo vařená štika, bramborová kaše (bez cibule) s čerstvým máslem.
2. *Večeře:* žlutý puding.

3. *Oběd:* telecí lisovaná polévka s ovesnými vločkami, přírodní řízek s dušenou mrkví.
3. *Večeře:* pomorančový koláč.

Ukázka jídelníčků
při kornatění tepen a při zvýšeném krevním tlaku.

1. *Oběd:* bílá telecí polévka, rýžový nákyp, ovoce.
1. *Večeře:* chléb s máslem, podmáslí anebo sladkou smetanu - ovoce.
2. *Oběd:* bramborová mléčná polévka, zadělávané telecí maso s nudlemi.
2. *Večeře:* krupicový nákyp, dušená jablka.
3. *Oběd:* květáková polévka, vařená štika s máslem, dušená mrkev s brambory, ovocný koláč s meruňkami.
3. *Večeře:* míchaná zelenina, ovoce.

Ukázka jídelníčku
při nadýmání.

1. *Oběd:* špenátová polévka s houskovými knedlíčky, přírodní telecí řízek s meruňkovým kompotem.
1. *Večeře:* krupicová kaše (málo slazená a maštěná).
2. *Oběd:* polévka z pražené krupice, třená žemlovka.
2. *Večeře:* kaše z ovesných vloček.
3. *Oběd:* polévka z amerického ovsa, telecí hrudí neb kuře s nádivkou, mrkvová kaše.
3. *Večeře:* starší pšeničný chléb s medem.

Ukázka jídelníčků
při zácpě.

1. *Oběd:* hovězí polévka se strouháním, čočka obložená smaženým celerem (na oleji), reveňový kompot, černá káva.
1. *Večeře:* nadívaná paprika, kompot ze švestek.
2. *Oběd:* polévka z kyselého mléka, vepřová pečeně, zelí, brambory, míchaný salát s rajskými jablíčky, ovoce, černá káva nebo sladká mléčná čokoláda.
2. *Večeře:* černý chléb, máslo, olomoucké syrečky, syrové ovoce (hrušky, jablka).
3. *Oběd:* brzlíková polévka se svítkem, smažené kapustové karbanátky, jablkový závin nebo švestkový koláč.
3. *Večeře:* nadívaná rajská jablíčka, syrová jablka.

Ukázka jídelníčků při chorobách ledvin.

1. *Oběd:* polévka krupovka, halušky se špenátem, jablečný závin.
1. *Večeře:* míchaná vejce.
2. *Oběd:* polévka z hovězích kostí se ságem, zadělávané kuře s houskovými knedlíčky.
2. *Večeře:* krupicový svítek v mléce.
3. *Oběd:* polévka krupicová, vařený pstruh nebo štika s máslem, studená rýže s ovocem.
3. *Večeře:* rychlá omeleta se zavařeninou.

Ukázka jídelníčků pro ztloustnutí.

1. *Oběd:* polévka ragoût, srnčí kýta pečená na másle, bramborový salát ozdobený hláv. salátem, čokoládový nákyp se šlehanou smetanou.
1. *Večeře:* bryndza s máslem, chléb a kyselé mléko, ovoce.
2. *Oběd:* polévka hovězí s nudlemi, smažené kotlety s hlávkovým salátem se smetanou, žloutkové věnečky.
2. *Večeře:* šunková omeleta se špenátem, ovoce (podle roční doby).
3. *Oběd:* polévka mozečková se sněhovým svítkem, telecí pečeně, míchaný salát, koblihy, ovoce.
3. *Večeře:* šunka s vejci, salát z rajských jablíček se smetanou, brambory „pommes-frites", ovoce.

1 litr mléka denně má býti obsažen v různých pokrmech. Čerstvé ovoce podávejme často — podle roční doby.

Ukázka jídelníčků pro děti.

1. *Oběd:* místo polévky: Zeleninová směs kašovitá a bramborová kaše.
1. *Večeře:* meruňkový puding, oříšková směs.
2. *Oběd:* kaše z ovesných vloček, zeleninové karbanátky, hlávkový salát, ovoce.
2. *Večeře:* citronový puding, jablková kaše.
3. *Oběd:* kaše z telecího masa, míchaná zelenina, hlávkový salát
3. *Večeře:* mrkvový puding, ovocná kaše, ovoce.
4. *Oběd:* karbanátky z krve smažené na másle, bramborová kaše, syrová rajská jablíčka.
4. *Večeře:* tvarohový puding s malinami.

5. *Oběd:* smažený mozeček, bramborová kaše, hlávkový salát.
5. *Večeře:* piškoty s ovocným krémem, ovoce.
6. *Oběd:* kapustové karbanátky, kaše ze syrové mrkve, ředkvička, ovoce.
6. *Večeře:* studená rýže, dětské suchary, ovoce.
7. *Oběd:* dušená játra, bramborová kaše, meruňková pěna.
7. *Večeře:* míchaná dušená zelenina, chléb, ovoce.
8. *Oběd:* kapustové karbanátky, hrachová kaše, chléb, jablka s krémem.
8. *Večeře:* chléb, máslo, tvaroh, ředkvičky.
9. *Oběd:* karbanátky z krve smažené na másle, hrášek zelený, hláv. salát, třešňová bublanina.
9. *Večeře:* chléb, ovocný jogurt.
10. *Oběd:* sekaný telecí beefsteak, bramborová kaše, hlávkový salát.
10. *Večeře:* chléb, bryndza, ovoce.

Ovoce podávejme dětem podle možnosti denně, a to v době letní podle postupného zrání ovoce jak zahradního, tak i lesního. Na podzim hrušky a hrozny, v zimě pak jablka, pomoranče a banány až do dozrání ovoce nového.

XXIV. ZDRAVOTNÍ JÍDLA

Rybí polévka.

Jemně nakrájenou očištěnou kapustu, pórek, celer, petržel, vložíme na rozehřáté máslo a usmažíme do růžova. Pak zeleninu zasypeme aleuronatovou moukou a trochu zaprášíme. Očištěnou porci kapra povaříme zvlášť ve vodě, načež maso zbavíme kostí, nakrájíme a dáme k zelenině. Potom přilijeme procezenou vodu z kapra (pozor na kosti), přidáme očištěný, na růžičky rozebraný květák, osolíme a povaříme 15 minut. Před podáváním zlepšíme polévku ve smetaně umíchaným žloutkem a podáváme.

Rozpočet pro 1 osobu: 3 *dkg* zeleniny - 2 *dkg* čajového másla - ½ *dkg* aleuronatové mouky - 12 *dkg* čistého kapra - 2 *dkg* květáku - ¼ litru vody - sůl - 1 žloutek - 2 lžíce sladké smetany.

Ovesná polévka.

Ovesné vločky dáme do hrnečku, zalijeme je studenou čistou polévkou, osolíme a do měkka uvaříme. Pak je prolisujeme, načež do nich stále míchajíce přidáme máslo a žloutek. Hned podáváme.

Rozpočet pro 1 osobu: 4 *dkg* ovesných vloček - sůl - ½ *l* polévky - 3 *dkg* másla - 1 žloutek.

Polévka z lisované rýže.

V kastrole na rozehřátém másle usmažíme do bledě růžova nakrájený celer, petržel, mrkev a kapustu. Poté přidáme do zeleniny přebranou spařenou rýži, zalijeme osolenou studenou vodou a zvolna vaříme 25 minut. Měkkou rýži sítem prolisujeme zpět do vody, ve které se rýže vařila, načež ji nalijeme do sladké smetany s umíchaným žloutkem a čajovým syrovým máslem a podáváme.

Rozpočet pro 1 osobu: 1 *dkg* másla - 3 *dkg* zeleniny - 2 *dkg* rýže - ⅓ litru vody - 2 lžíce smetany - 1 žloutek - 1 *dkg* čajového másla.

Oukrop.

V kastrole rozpálíme máslo, přisypeme jemně nakrájenou cibuli a česnek. Pak zalijeme vše studenou vodou, osolíme a povaříme 12 minut. Podáváme.

Rozpočet pro 1 osobu: 2 *dkg* másla - 1½ *dkg* cibule - ½ *dkg* česneku - ¼ *l* vody.

Vařený holub.

Oškubaného holuba opálíme, vykucháme, osolíme a dáme vařiti do osolené vody s očištěným květákem nebo chřestem. Holuba vaříme

zvolna do měkka. Poté jej dáme na talíř, ozdobíme jej kaší z mrkve a zelenou petrželkou.

Rozpočet pro 1 osobu: 1 mladý holub - sůl - 5 *dkg* zeleniny

Vařený telecí brzlík.

Očištěný brzlík nejdříve povaříme 3 minuty, poté jej ponoříme do studené vody a pak jej dáme vařit do osolené vody s nakrájenou zeleninou 30 minut. Vařený brzlík nakrájíme na plátky, pěkně urovnáme do středu talíře, načež kolem upravíme udušený špenát.

Rozpočet pro 1 osobu: 20 *dkg* brzlíku - 3 *dkg* zeleniny - sůl.

Dušený telecí mozeček.

Mozeček polijeme horkou vodou a zbavíme všech blánek. Poté nakrájíme opatrně mozeček na tři plátky, osolíme a poprášíme moukou. Na pánvičce rozpálíme máslo, mozečkové plátky v něm rychle opečeme, zalijeme trochu vařící vodou a dusíme 15 minut. Hotový mozeček dáme na talíř a podáváme k němu dušenou brukev.

Rozpočet pro 1 osobu: ½ telecího mozečku - málo soli - ½ *dkg* mouky - 3 *dkg* másla - 2—3 lžíce vody.

Šunka s vejci.

Na pánvi rozehřejeme si máslo, vložíme na něj tence nakrájenou šunku, trochu ji opečeme, načež navrch rozklepneme vejce tak, aby zůstalo celé a pečeme, až vejce ztuhne. Potom rychle upravíme šunku na talíř a hned podáváme.

Rozpočet pro 1 osobu: 10 *dkg* šunky - 1 *dkg* másla - 1 vejce

Haše z telecího masa (pro děti).

Čistý kousek telecího masa (z plecka nebo kýty) otřeme utěrkou a vložme na rozehřáté máslo, zalijeme vařící vodou a udusíme do měkka. Maso na strojku dvakráte umeleme a málo osolíme. Z másla a mouky uděláme si řídkou žlutou jíšku, zředíme jí šťávu, ve které se maso dusilo, přidáme připravené maso a 1 minutu povaříme. Nežli haši podáváme, zamícháme do ní žloutek.

Rozpočet pro 1 osobu: 15 *dkg* telecího masa - na špičku nože soli - 3 *dkg* másla. *Na jíšku:* 2 *dkg* másla - 1 *dkg* mouky - 1 žloutek.

Kapr s máslem.

Očištěnou porci kapra opereme, otřeme, osolíme a potřeme citronovou šťávou. Na kastrole nebo pánvičce rozehřejeme máslo, rybu do něho vložíme a pečeme celkem 8 minut. Mezi pečením přilijeme vařící vodu. Pak upravíme kapra na talíř a obložíme jej vaječným svítkem.

Tímtéž způsobem upravujeme i ostatní ryby.

Rozpočet pro 1 osobu: 25 *dkg* kapra - sůl - citronová šťáva - 3 *dkg* másla.

Květák s parmezánem.

Očištěný, vypraný květák uvaříme ve slané vodě do měkka. Ohnivzdorný kastrolek vymažeme máslem, květák na růžičky rozebraný upravíme na dno kastrolu, polijeme žloutkovým krémem a parmezánem a šunkou a v troubě zapečeme 12 minut.

Krém na zalití: ve smetaně rozmícháme máslo, žloutky, strouhaný parmezánský sýr a jemně usekanou šunku.

Rozpočet pro 1 osobu: 20 *dkg* květáku - sůl - 1 *dkg* másla. *Na zalití:* 3 lžíce smetany - 3 *dkg* másla - 3 žloutky - 5 *dkg* šunky - 1 *dkg* parmezánského sýra.

Pórky s rajskými jablíčky.

Červená, kulatá rajská jablíčka opereme, rozpůlíme, slupku opatrně sloupneme a semena odstraníme. Pak je prolijeme vařící vodou. V kastrole rozehřejeme drobně nakrájenou slaninu, přidáme do ní jablíčka, posypeme je dobře vypranými, drobně usekanými pórky, osolíme a dusíme 10 minut. Pak je posypeme strouhaným parmezánským sýrem a podáváme.

Rozpočet pro 1 osobu: 15 *dkg* rajských jablíček - sůl - 4 *dkg* slaniny - 5 *dkg* póru - 1 *dkg* parmezánského sýra.

Halušky se špenátem.

Z nudlového těsta si vyválíme na stéblo silné placky a dáme je usušiti. Pak z nich nakrájíme čtverečky, které vaříme 5 minut. Prolijeme je čistou vlažnou vodou a do okapaných halušek zamícháme upravený špenát. Směs vložíme do vymazaného kastrolu, zalijeme mlékem s umíchaným vajíčkem a v troubě upečeme do růžova. Též můžeme podávati pouze uvařené halušky s upraveným špenátem.

Špenát: Přebraný, očištěný a dobře vypraný špenát ve vařící vodě povaříme. Procezený špenát prolisujeme, vložíme na řídkou žlutou jíšku, zalijeme trochu vodou a podusíme. Pak do něho ještě zamícháme mléko se žloutkem.

Rozpočet pro 1 osobu: *těsto na halušky:* 1 vejce - 8 *dkg* mouky - *Na špenát:* 20 *dkg* špenátu - ⅛ *l* vody - ⅛ *l* mléka. *Jíška:* 2 *dkg* másla - ½ *dkg* mouky - 1 žloutek. *Na upečení halušek:* 1 *dkg* másla - ½ vejce - 3 lžíce mléka.

Vaječný svítek se špenátem.

Ve slané vodě uvařený, dobře odkapaný špenát prolisujeme. Poté jej dáme na drobně nakrájenou na másle usmaženou cibulku, zalijeme čistou hovězí polévkou a dobře povaříme. V hrnečku rozmícháme celá vejce se solí a na omeletní pánvi v rozpáleném másle upečeme svítek jen na jedné straně. Poté na nepečenou stranu rozetřeme připravený špenát, zatočíme, nakrájíme a dáme kolem ryby.

Rozpočet pro 1 osobu: 25 *dkg* špenátu - málo soli - 2 *dkg* másla - 1 *dkg* cibule - 3 lžíce polévky. *Na svítek:* 3 vejce - sůl - 1 ½ *dkg* másla.

Mrkvová kaše.

Mrkev karotku očistíme a ve slané vodě uvaříme do měkka. Poté ji sítem prolisujeme, omastíme čajovým máslem a upravíme kolem holuba.

Rozpočet pro 1 osobu: 25 *dkg* mrkve - na špičku nože soli - 2 *dkg* čajového másla.

Kaše ze syrové mrkve.

Očištěnou vypranou mrkev rozstrouháme, promícháme s tlučeným cukrem, přikapeme citronovou šťávu a citronovou strouhanou kůru. Podáváme na skleněných talířcích.

Rozpočet pro 5 osob: 50 *dkg* mrkve - 8—10 *dkg* cukru - z 1 citronu šťáva i kůra.

Vaječná omeletka s ořechy.

Čerstvá vejce jemně osolíme, v hrnečku dobře rozmícháme a nalijeme na pánev s rozehřátým máslem. Omeletu upečeme na obou stranách do růžova. Teplou potřeme ořechovou náplní.

Náplň: Rozstrouháme vlašské ořechy, povaříme v mléce 3 minuty. Do vychladlých přimícháme vejce a náplní potřeme omeletku a zavineme.

Rozpočet na 1 omeletu: 3 vejce - málo soli - 3 *dkg* másla. *Náplň:* 6 *dkg* ořechů - 1 lžíce mléka - 1 vejce.

Kaše z ovesných vloček.

Prohlédnuté ovesné vločky dáme do studeného mléka, málo osolíme a osladíme, přidáme kousek másla a stále míchajíce vaříme 20—25 minut. Vařenou kaši dáme na talíř, málo posypeme tlučeným cukrem, pokapeme rozehřátým čajovým máslem a podáváme.

Rozpočet pro 1 osobu: 4 *dkg* ovesných vloček - ¼ *l* mléka - na špičku nože soli a cukru - ½ *dkg* másla dovnitř - 1 ½ *dkg* čajového másla na polití - ½ *dkg* cukru na posypání.

Oříšková směs.

Ořechy, oříšky, mandle, sušené očištěné meruňky neb švestky a hrozinky (zbavené peciček) jemně usekáme, přidáme cukr a umícháme na kašičku a podáváme větším dětem. Malým dětem směs utlučeme a teprve podáváme.

Rozpočet na směs: 5 *dkg* ořechů - 5 *dkg* oříšků - 2 *dkg* hrozinek - 2 *dkg* suš. meruněk neb švestek - 5 *dkg* cukru.

Dětské suchary.

Do mísy nasypeme jemný cukr, přidáme žloutky, citronovou kůru nebo anýz a třeme 20 minut. Poté přisypeme krupičkovou mouku a tuhý sníh z bílků. Suchárkovou formu vymažeme máslem, vysypeme moukou, těstem naplníme a v dobře vytopené troubě upečeme. Vyklopený suchárek dáme vychladnouti, pak jej nakrájíme na ½ *cm* silné plátky, složíme na suchý plech a v mírné troubě na obou stranách usušíme.

Rozpočet: 20 *dkg* cukru - 4 žloutky - ze ¼ citronu kůry - nebo na špičku nože anýzu - 15 *dkg* krupičkové mouky - ze 4 bílků sníh - *na vymazání formy:* 1 ½ *dkg* másla - 1 ½ *dkg* mouky.

XXV. LÉKAŘSKÁ ČÁST

Výživa zdravého člověka.

Naše doba silně prohloubila vztah mezi výživou a zdravím a věda o výživě dělá stále veliké pokroky, snažíc se odvrátit nemoci správnou a cílevědomou výživou. Nevymyslila žádné nové potraviny, ale uplatňuje jak výsledky vědeckých výzkumů potravy, tak i správný poměr, jaký má býti mezi jednotlivými výživnými látkami při správné výživě jak zdravého, tak i nemocného organismu. Staré anglické pořekadlo, že Bůh nám dal potravu a čert kuchaře, se při kuchyňské úpravě jídel plně osvědčuje až podnes a jest vědecky dokázáno, že kuchyňská úprava dovede zbaviti potravu jejích nejcennějších složek výživy (na př. u zelenin a ovoce).

Význam vhodné výživy pro lidské zdraví jest mnohem větší než si jej uvědomujeme. Nedostatečná neb nadbytečná výživa má za následek nejen hubnutí nebo tloustnutí, ale i onemocnění organismu. Nemůžeme nyní popříti vztah mezi výživou, zdravím a nemocí. Vhodnou dietou léčí se nemoci nejrůznějšího původu, zvláště nemoci následkem nedostatku určitých vitaminů a minerálních solí, kterým říkáme nemoci z nedostatku. Máme dnes celou řadu vědeckých ústavů, které se zabývají výhradně léčením těchto nemocí správnou výživnou dietou. Mívají veliký úspěch, aniž by byly často nuceny podporovati dietní léčbu léky. Na první pohled se zdá, že nemůže býti nic společného mezi výživou a onemocněním očí. A přece může nastati choroba taková následkem vitaminové podvýživy. Toto se dá úplně vyléčiti vhodnou výživou. Také celá řada chronických onemocnění se nyní léčí s velikým úspěchem správnou dietetickou výživou.

Onemocnění kloubů až do poslední doby bylo považováno za velmi těžce vyhojitelnou nemoc, protože jsme neviděli v tomto onemocnění souvislost se špatnou výživou. Ukázalo se však, že se osvědčuje správná léčebná dieta tak dalece, že celá řada rheumatiků se pomocí její úplně, aneb zčásti vyléčila.

Také příznivé jsou výsledky léčení výživou nemocí jater, ledvin, srdce, pokožky i onemocnění zažívacího ústrojí. Léčebná výživa není, jak se dříve myslilo, pouhým přikrmováním, nýbrž aktivním zakročením lékaře do pathologického děje v organismu. V mnohých případech je i medikamentosní léčení úspěšné pouze při podporování léčebnou výživou.

Věda o výživě nemocných vyvíjí se zvláště ve spojení s novějšími náhledy v medicině. Soudobé lékařství snaží se působiti nejen na zasažený orgán, na jeho porušenou funkci, nýbrž na celý organismus. Léčení výživou, dietotherapie, se snaží rovněž kráčeti novou cestou. Snaží se působiti nejen na onemocnělý orgán, jeho porušenou funkci, ale i na celkovou výměnu látek, na konstituční zvláštnosti organismu a jeho sklon k zánětlivým onemocněním. Vědecké výzkumy nás přesvědčují, že potrava, jíž se živí nemocný, má vliv na che-

mické složení pokožky, podkožního vaziva, svalstva a kosti. Rovněž má vliv na chemické složení buněk mozkových. Pokožka, náš hlavní ochranný orgán, reaguje různě pod vlivem výživy na rozmanité způsoby dráždění — paprsky sluneční, roentgenové ozařování — ve vztahu se způsobem výživy. Již dávno jsme se přesvědčili, jak špatně působí jednotvárná výživa i při pečlivém výběru potravin u chronických nemocí a jak těžko lze v takových případech docíliti rychlého a trvalého efektu. Občasné přeladění a cvik onemocnělého orgánu tím, že v určité dny povolujeme stravu obvykle zakázanou, vytváří podmínky pro rychlejší přechod k rozmanitější výživě. Toto se setkává často s dobrým výsledkem.

I u rekonvalescentů má veliký význam způsob výživy. Velmi často jim škodíme tím, že je nutíme k požívání velmi hodnotné potravy, nerespektujíce často potřebu jejich organismu. Obvykle nemocní po přestálém tyfu tloustnou. Proč? Poněvadž je nesprávně živíme v rekonvalescenci, kdy jejich organismus vyžaduje hojně bílkovin a minerálních solí, my však podáváme hlavně tuky a uhlovodany.

Ani instinkt ani chuť nemohou býti směrodatné pro potřebu organismu jak zdravých a nemocných, tak i uzdravujících se lidí. Regulační ukazatelé — hlad, žízeň, chuť, nasycenost — nejsou zdaleka spolehlivými pro vhodnou cestu, jíž se má ubírati výživa, a pro výběr potravin a jídel, které organismus v určitou dobu vyžaduje.

Každý zdravý člověk má dostati takové množství potravy, aby nejen ukojil svá přání a chuť, ale také ukojil potřebu organismu. Výživa má býti přizpůsobena povolání, má vyhovovati podmínkám práce, již organismus koná, má se též přizpůsobiti okolnostem, při nichž práci koná (při práci u rozžhavených pecí nastává značnější rozklad bílkovin, musí se tedy tato ztráta bílkovin stále nahrazovati).

Jako každý léčebný zákrok i výživa se musí chápati individuálně a také tak prováděti.

Až donedávna postrádali jsme přístupné literatury vědecké, pojednávající o správné výživě lidského těla. Teprve objevení se velkého množství laických spisů o rozmanitých způsobech výživy vzbudilo zájem širších vrstev o tuto otázku. Tento zájem byl příčinou toho, že se v denním tisku objevila celá řada populárních článků o výživě zdravého člověka, z nichž velká část jest psána na podkladě vědeckém. Zájem širších vrstev o tuto otázku lze jen vítati a možno doufati, že seznámení se i s nevědeckou podstatou výživy lze použiti a převésti do praxe.

Na výživě závisí život jednotlivce i celého národa. Je to problém vědecký, který ovlivňuje jak národní a národohospodářské dějiny, tak i eugeniku lidskou. Otázka výživy byla a zůstane jedním z nejdůležitějších článků vědeckého bádání. Abychom mohli pochopiti a posouditi způsob výživy, který jest pro nás vhodný, musíme si uvědomiti, nač vůbec potřebujeme správnou výživu, jinými slovy, jaký má být cíl výživy, vždyť jedna a táž výživa může úplně vyhovovati jednomu organismu a druhému nikoliv. Účelem zdravé výživy jest doplňování a udržování tělesných sil v rovnováze, tak, aby byly zachovány pracovní schopnosti tělesné i duševní a aby tělo bylo schopno obrany proti nemocem.

V organismu lidském dějí se stálé změny při zpracování látek živných přijatých a při vylučování látek odpadových. Pochopení těchto složitých dějů předpokládá alespoň částečně znalosti biologické, fysiologické, stejně jako chemismu potravin dodaných organismu. Teprve poznáním těchto vědomostí můžeme posouditi způsob a druh výživy zdravého člověka a užíti toho prakticky v našich kuchyních a při nákupu potravin.

Rukama žen prochází u nás ročně asi 45 miliard K, z čehož se spotřebuje větší část na výživu. Je tedy nutno, aby ženy, které se zabývají důležitou prací kuchyňskou, byly obeznámeny jak se složením potravin, tak i s jejich vhodnou úpravou. Nynější doba vyžaduje si co nejúspornější úpravy potravin. (Vyhazování zelenin vařených v polévce, škrabání brambor...)

Naše doba chce rozumnou životosprávu, chce vhodnou výživou předejíti u zdravého člověka vzniku nemoci, nemocné pak léčiti vhodnou dietou.

Kalorická potřeba při výživě.

Potřeba potravních látek se nyní určuje jejich kalorickou hodnotou. Pod kalorickou jednotkou rozumíme množství tepla, jehož jest zapotřebí k ohřátí 1 *kg* vody na 1° C. Tím, že můžeme různé druhy energii převésti na tepelnou, můžeme si též stanoviti, kolik kalorií organismus vydává a kolik jich zase musí potravou dosaditi. Tělo lidské přeměňuje energii přijatou v potravě na energii tepelnou, pohybovou, potřebnou k výstavbě těla atd. a látky rozpadové odcházející z těla musí býti stále doplňovány. Je to výměna látek, která se různí podle věku, pohlaví, podnebí, poměrů tepelných, ročních období, způsobu zaměstnání. Při tom se uplatňuje zákon fysikální, že se energie neztrácí, nýbrž přeměňuje v jinou formu. Zdrojem veškeré energie, již potřebuje organismus pro svůj provoz (ohřívání těla, práce svalů, chemická práce při výměně látek atd.), jest utajená chemická energie z potravy. Jest zjištěno, že proměna energie v těle dospělého člověka za 24 hod. za naprostého klidu, tedy u člověka, který leží a jest v teple, vyjádřena tepelně obnáší 2000 kalorií. Takové množství energie musíme potravou poskytnouti tělu za den, má-li jeho stav zůstati neporušený. Tato základní energetická přeměna se však mění podle toho, jaká jest výkonnost těla.

Závisí na věku, váze, výšce těla, na podnebí, ročním období, na různých vnějších činitelích a na činnosti žláz s vnitřní sekrecí (na př. žlázy štítné). Týž člověk mající energetickou potřebu za 24 hod. 2000 kalorií v klidu, může spotřebovati za touž dobu 3000 až 4000 kalorií, podle toho, jakou práci svalovou vykonává. Pro dospělého muže, vážícího 70 *kg*, bereme za průměr 2800 kalorií, pro ženu 2400 kalorií, protože průměrně méně váží a její vzrůst jest průměrně menši nežli muže; pro děti mladší 15 let 2000 kalorií. Denní potrava zhodnocená kaloricky má tedy obsahovati 2800 kalorií pro muže, pro ženy a děti přiměřeně méně. Kalorická potřeba dětí jest poměrně k jejich váze značně větší než dospělého člověka. Základní potřeba energie

mění se při chorobných stavech těla, zvláště při chorobách žláz s vnitřní sekrecí.

Bylo by velmi složité zjišťovati u každého člověka potřebu kalorickou a proto si pomáháme používáním Rubnerovy tabulky, v které máme stanoveny průměrné hodnoty kalorické. Rubner nám udává, že organismus v úplném klidu potřebuje na jeden *kg* váhy 30—35 kalorií, v sedě se zvyšuje toto množství asi o 7 %, při pochodu střední rychlostí o 21 %, při chůzi do kopce se zdvojnásobuje, při rychlém a namáhavém stoupání do hor jest 5- až 9násobné. Ve stejné míře se zvyšuje tato potřeba při plování. U duševních pracovníků zvyšuje se spotřeba energie za jednu hodinu průměrně na 7 až 8 kalorií.

V horách a u moře zesiluje se průměrná potřeba o 20 i více kalorií. Věkem se energetická spotřeba velmi mění. V dětském věku rychle stoupá: Jednoroční dítě spotřebuje za 24 hodiny 800 kalorií, což činí, přepočítáno na *kg* váhy, potřebu o polovinu větší, než má dospělý člověk; ve dvou letech činí tato potřeba 1000 kalorií, v 8 letech 1800 kalorií, v 16 letech 2800 kalorií u hochů a 2300 u dívek. Na této výši se udržuje po nějaký čas a potom začíná zvolna klesati.

Organismus nahrazuje potřebnou energii látkami, jež mu dodáváme v potravě, jejichž přeměnou se mu dostává potřebné energie. Abychom věděli a mohli si stanoviti, které potravy organismus vyžaduje pro určité výkony, musíme znáti kalorickou hodnotu jednotlivých složek potravy.

Základními živnými látkami jsou bílkoviny, uhlovodany a tuky. Jejich kalorická hodnota se značně různí. Zjistilo se, že 1 *g* cukru (uhlovodan) dodá organismu 4·1 kalorie, 1 *g* tuku 9·3 kalorie a 1 *g* bílkovin 4·1 kalorie.

Všimneme-li si nejdůležitějších potravin, pozorujeme, jak různá jest jejich kalorická hodnota:

Ve 100 *g*	bílkoviny	uhlovodany	kalorie
masa	20·5	0·6	120
tučného sýra	26·0	2·5	394
polotučného sýra	31·0	2·5	270
tvarohu	19·0	2·5	95
vajec	5·5	0·3	75
mléka	3·5	4·8	65
bílého chleba	8·0	50·0	245
černého chleba	8·0	45·0	225
brambor	2·0	20·0	90
rýže	8·0	77·8	356

Tyto údaje jsou udány v hrubých kaloriích. Skutečné množství tělem využité, které z potravy dostaneme, t. zv. čisté kalorie, jest menší o 10—12 %. Potraviny se totiž různě v těle zužitkují a tím vznikají ony ztráty.

Z této tabulky jest zřejmo, že rostlinné potraviny při poměrně malém množství bílkovin obsahují hojně uhlovodanů. Z toho jest pochopitelno, že při zvýšené výkonnosti svalové lze snadno nahraditi energetickou spotřebu potravou rostlinnou bez zbytečného rozmnožení

bílkovin, které nemají význam při svalové činnosti a byly by spíše na závadu těla. I prakticky se tyto údaje osvědčují: turista, je-li unaven, posílí se čokoládou nebo cukrem, nikoliv masem. Těžce pracující člověk, jenž pro svou práci spotřebuje 5100 kalorií, nahradí tyto 1800 *g* chleba a 125 *g* sýra, což dohromady dává 5100 kalorií a 100 *g* bílkovin. Těžce pracující japonský nebo čínský kuli uživí se 1200 *g* rýže s malým přídavkem jiné potravy, což činí 72 *g* bílkovin na 3900 kalorií. Jinak je to s potravou duševně pracujícího člověka, jehož kalorická spotřeba činí sotva 2200—2400 kalorií denně. Kdyby ten se chtěl živiti pouze chlebem, nahradil by svoji kalorickou spotřebu 1000 *g* chleba, ale přitom by dostal pouze 37 *g* bílkovin a nikoliv 80, kterých potřebuje; musí tedy nahraditi část chleba jinou potravou obsahující více bílkovin a kaloricky málo hodnotnou. V tomto případě nejlépe vyhovuje maso, vejce, sýry, mléko a mléčné výrobky.

Naše venkovské obyvatelstvo rozřešilo kalorickou povahu potravin již dávno předtím, nežli tyto byly vědecky zhodnoceny. Množství kalorií a potřebné bílkoviny se podle povahy krajů dosazují buď chlebem, kukuřicí, rýží neb bramborami. Tuk zase olejem, sádlem, lojem nebo máslem; bílkoviny mlékem, mléčnými výrobky, luštěninami a obilními produkty, moučnými jídly. Maso bylo pouze svátečním jídlem (v některých krajích až dosud). Tato výživa se plně shoduje s vědeckým podkladem, podle něhož se dosazuje 60% potřebných kalorií uhlovodany, 25% tukem a 15% bílkovinami. Krytí zvýšené výměny látek při zvýšené výkonnosti svalové se děje hlavně škrobem a cukrem, jinými slovy uhlovodany. Jest to tedy hlavně potrava rostlinná (brambory, rýže, mouka), která má býti rozmnožena pokud možno nejvíce ve výživě těžce pracujícího člověka tak, aby toto množství odpovídalo jeho pracovnímu výkonu. Přidáním většího množstvi masa do výživy takového člověka bychom mu nikterak nepřispěli, neboť by dostal látky, jichž pro svůj tělesný výkon by nepotřeboval, což by bylo zbytečným plýtváním drahé potraviny a také tím neekonomické.

Určení kalorických hodnot různých potravin má značný význam pro obzvlášť dietetickou léčbu a též pro výživu hromadnou (ústavy, kasárna atd.). Ovšem studováním pouze kalorických tabulek bychom nikterak neprospěli složení naši potravy, neboť víme, že různé potravinné látky mají různou výživnou hodnotu. I kdybychom dodali tělu kaloricky nejhodnotnější stravu, nezaručujeme tím ještě správnou a dostatečnou výživu, neboť záleží také na výživnosti potravy, individuální schopnosti trávení a zužitkování potravy. Naše tělo nedovede plně zužitkovati potravních látek, jež mu dodáváme. Tato schopnost závisí na chemickém složení potravy, na zažívacích ústrojích a na mnoha jiných okolnostech, o nichž se dále zmíníme. Mnoho živných látek též přijde nazmar tím, že nejíme potraviny takové, jak nám je příroda skýtá, nýbrž, že čištěním, škrábáním a podobně odstraníme značné množství živin. Sestavování stravy podle její kalorické hodnoty jest velmi obtížné a v domácnosti nesnadno proveditelné.

Musíme doznati, že v posledním století s vývojem kultury se změnily značně poměry výživy. Přibyla značná část lidí, kteří nepracují tělesně. Též na venkově jest usnadněna práce zavedením

strojů, což též se jeví u různých řemesel. Všechny tyto jevy působily na radikální změnu výživy a stal se veliký přesun v zemích se silně vyvinutým průmyslem jako ve Spojených státech severoamerických a v Anglii. Tento přesun se hlavně jeví tím, že podstatná část výživy dříve rostlinné se nahrazuje nyní masem.

Z čeho se skládá naše potrava.

Při své výživě jsme odkázáni jak na potraviny z říše rostlinné, tak i živočišné. Tato potrava nemá pouze za účel živiti náš organismus, ale musí mu též dodati materiál na stavbu těla, na nahrazování opotřebovaných látek, na podporování vývoje a na udržování jeho rozmanité výkonnosti.

Hlavní součást našeho těla tvoří voda; u dospělého člověka kolem 60 % a u kojence 70 % celkové váhy. Zbytek 40 % tvoří pevné součásti, sušiny. 85 % těchto sušin jsou bílkoviny. Denní potřebu vody 2—3 litry hradíme potravou (polévky, mléko, káva, zeleniny), jež obsahuje vodu a jen poměrně malou část pitím a ovocem.

Naše tělo potřebuje vodu k rozpouštění požitých potravin, k dýchání, k vstřebávání látek do těla a konečně i k vyměšování odpadových látek.

Bílkoviny.

Z ústrojných látek jsou hlavní skupinou *bílkoviny.* Bílkoviny jsou naprosto nepostradatelny v naší výživě a nemohou býti zastoupeny bezdusíkovými potravnými látkami, aneb bílkovinami vlastního těla. Život buňky není možný bez bílkovin, též krev a míza je obsahují. Bílkoviny jsou nejsložitější látky dusíkové, jejich skladba jest až dosud velmi málo známa. Nacházejí se jak v rostlinné, tak i v živočišné potravě. Obsahují uhlík, vodík, kyslík a oproti uhlovodanům a tukům velmi důležitý pro organismus, dusík. Bílkoviny vynikají svojí velkou odlišností a rozmanitostí. Totéž tělo má v různých svých ústrojích různé bílkoviny, značně se od sebe lišící. Jiné jsou bílkoviny šlach a kostí, jiné zase svalů a jater. Základními stavebními kameny bílkovin jsou aminokyseliny, konečné dusíkaté rozpadové látky. Aminokyseliny jsou látky poměrně jednoduché, snadno se rozpouštějící ve vodě, krystalisující, které mohou býti i uměle sestrojovány, kdežto bílkoviny nikoliv. Ze všech nejrůznějších aminokyselin se jich účastní na stavbě bílkovin pouze 20, jež se navzájem mohou slučovati, a to v různých kombinacích, takže theoreticky možných bílkovin může se počítati na triliony. Bílkoviny mohou se slučovati i s jinými látkami a mohou obsahovati kromě síry, která jest téměř stálou součástí bílkovin, též jod, chlor, železo, brom, měď a jiné.

Bílkoviny dělíme na bílkoviny pravé, zásadité a bílkoviny složité. K prvním náleží 1. protaminy, nejjednodušší bílkoviny, neobsahující síry; 2. histony, jež jsou poněkud složitější nežli protaminy a získávají se z jader buněčných; 3. albuminy, jež jsou rozpustné

ve vodě a solných roztocích a vyskytují se hlavně u živočichů jako serumalbumin, laktalbumin, ovalbumin, méně u rostlin: 4. globuliny se vyskytují v bioplasmách živočišných (serumglobulin, globuliny svalové, fibronogen v krevní plasmě) i v rostlinných, legumin v semenech hrachu, edestin v semenech lnu; 5. prolaminy jsou výhradně bílkoviny rostlinné (gliadin v semenech pšenice, zein v zrnech kukuřičných); 6. proteinoidy (albuminoidy) jsou ve vodě nerozpustné a vzdorují kyselinám, zásadám i trávicím šťávám a účastní se ve stavbě živočišné kostry. V rohové vrstvě pokožky jsou obsaženy 7. keratiny, stejně jako i v nehtech. V kostní tkáni, v chrupavkách a ve vazivu jest obsažen 8. kollagen.

Bílkoviny složité (proteidy) jsou sloučeniny bílkovin pravých s jinými látkami nebo chemickými skupinami. K nim náležící fosfoproteidy obsahují fosfor a jsou kyselé povahy. Jejich typem jest hlavní bílkovina mléka kaseinogen, jež se snadno mění na kasein. Glykoproteidy obsahující aminocukry vyskytují se v živočišných hlenech a rosolech, bobtnáním dovedou vázati velké množství vody. Nukleoproteidy jsou sloučeniny pravých bílkovin s kyselinou nukleinovou, jež obsahuje fosfor, a nacházejí se v jádrech buněčných. Bílkoviny barevné obsahují zpravidla kov. K nim patří haemoglobin, červené krevní barvivo, obsahující železo a též chlorofil, zelené barvivo rostlinné.

Bílkoviny se slučují jak s kyselinami, tvoříce acidalbuminaty, tak i se zásadami. Ve vodě jsou rozpustny, tvoří však nepravé roztoky, koloidní, to jest jsou pouze rozptýleny v prostředí vodním. Bílkoviny jsou jediným dodavatelem dusíku organismu. Dusík jest vázán na aminokyseliny a bez něho není možný ani vzrůst, ani život. Jsou tedy bílkoviny nenahraditelnými a stavebními kameny těla, nezbytnými k udržení organismu. Trpí-li tělo delší dobu nedostatkem, bílkovin, nastává těžká podvýživa, tělo ztrácí odolnost vůči různým onemocněním, u dětí se zastavuje růst a vývoj, organismus přímo chátrá, odumírá.

Rostlinné a živočišné bílkoviny, které přivádíme tělu potravou, rozkládají se trávením v aminokyseliny, z nichž si tělo sestrojuje své zvláštní tělové bílkoviny. Množství aminokyselin v různých potravních bílkovinách nebývá stejné, čímž si také můžeme vysvětliti nestejný výživný význam různých bílkovin. Aminokyseliny, povstalé v zažívacím ústroji potravních bílkovin, se částečně přímo vstřebávají, jejich větší díl se spaluje a dodává přitom teplo (jako jiné potravní látky), při čemž se tvoří z uhlíku kyselina uhličitá, z vodíku voda, z dusíku, který jest obsažen v každé aminokyselině, močovina a ze síry kyselina sírová. Močovina a soli kyseliny sírové se vylučují močí. Druhá část aminokyselin slouží ke tvoření tělesné hmoty, jinými slovy ke stavbě a budování těla a nahrazuje opotřebované části těla. Třetí část aminokyselin slouží různým úkolům. Tvoří hormony, udržující souvislost jednotlivých ústrojů atd.

Bílkoviny jsou tedy látkami jak stavebními, tak i zdrojem energie. Potřebujeme jich k rozmnožení hmoty tělesné a u dospělých lidí opravují různě povstalé poruchy, nebo hradí určité ztráty, povstávající činností žláz s vnitřní sekrecí.

O potřebném denním množství bílkovin v naší výživě vedly se dlouho spory. Byly provedeny různé pokusy, z nichž se došlo k poznání, že ve výživě nejširších vrstev převládá strava zbytečně bohatá obsahem bílkovin. Pro naše poměry se považuje pro dospělého člověka za vhodné přijímati 70 až 80 *g* bílkovin v denní potravě bez ohledu na zaměstnání, jelikož bílkoviny slouží hlavně jako stavební materiál, který nemůže býti nahrazen jinými potravními látkami, ani bílkovinou vlastního těla. Vědecké pokusy sice ukázaly, že lze vystačiti i s menším množstvím bílkovin. Snad v mnoha případech organismus vskutku i vystačí s polovinou, ba i ještě s menším množstvím bílkovin, aniž by se tím porušila tělesná a duševní zdatnost, ale bylo by nebezpečné zaváděti jako normu minimální množství bílkovin pro výživu širokých vrstev. Organismus s podvýživou bílkovinnou nemůže vzdorovati nakažlivým nemocem tak, jako organismus dobře živený. 70 až 80 *g* bílkovin v denní potravě jest však zcela dostatečné. Pro děti počítáme poněkud více v poměru k jejich váze nežli pro dospělé, a to 1½ *g* na jeden *kg* váhy denně. Pro dospělého počítáme na jeden *kg* tělesné váhy jeden *g*.

Avšak jak jsme se již zmínili, jsou bílkoviny velmi různé, jež se liší svojí aminokyselinnou výstavbou a tím zároveň i svojí výživnou a biologickou hodnotou. Některým bílkovinám vůbec chybějí aminokyseliny. Tyto pak považujeme za nedostatečné aneb neúplné na rozdíl od plnohodnotných bílkovin. Není také lhostejné, jakou potravu požíváme a z které potravy hradíme naši denní potřebu bílkovin.

Pokusy bylo zjištěno, že nejhodnotnější bílkoviny se nacházejí v potravě živočišné (mléko, mléčné výrobky, maso, vejce). V rostlinné potravě se hodnotné bílkoviny nacházejí v rýži, bramborech, sojabobech, v ořechu, které se svojí výživnou hodnotou přibližují bílkovinám mléčným a masovým. Bílkoviny pšeničné, kukuřičné a hrachové jsou méně hodnotné a rovněž i bílkoviny jiných zelenin kromě již jmenovaných.

Uhlovodany.

Další velmi důležitou skupinou v naší výživě jsou uhlovodany (cukr, škrob). Uhlovodany, čili glucidy jsou ústrojné látky složité povahy. Jsou naším hlavním zdrojem energie, pohánějí stroj našeho těla. Uhlovodany přijímáme ve formě cukru a škrobu. Dodávají nám energii pohybovou, kterážto je zachycena ze zdroje slunečního. Uhlovodany jsou potravními zásobami organismu a vyskytují se hlavně u rostlin (cukr).

Cukry: Rozeznáváme cukry jednoduché, jako cukr hroznový — glukosa, cukr ovocný — fruktosa a cukry komplexní. K posledním náleží náš cukr z řepy, pak cukr sladový — maltosa, cukr mléčný — laktosa. Veškeré tyto komplexní cukry se po požití v těle proměňují v cukry jednoduché.

Škroby se po požití rozkládají v těle na cukry. Různé rostliny obsahují různé škroby. Rozlišujeme tedy škrob pšeničný, bramborový, rýžový atd. Cukr povstalý po požití hojně škrobnaté potravy,

cukr hroznový, nezaplavuje tělo, nýbrž vnikne do různých ústrojů, kde se z něho tvoří živočišný škrob (glykogen). Játra jsou hlavní zásobárnou tohoto škrobu, z něhož si tělo podle potřeby vytváří hroznový cukr. Kromě toho jest živočišný škrob také v zásobě ve svalech, jako zdroj energie při činnosti svalové. Uhlovodany se ihned po požití účastní přeměny látkové v těle. Zvyšují odolnost organismu proti nakažlivým nemocem. Tělo též dovede do určité míry nadbytek uhlovodanů přeměniti a ukládati do zásoby ve formě tuku. Cukr jest též velmi důležitý jako zdroj pohybové energie ve svalové výživě těžce pracujících lidí.

Tuky.

Stejně důležité jako výše jmenované bílkoviny a uhlovodany v naší výživě jsou tuky. Ve fysiologické výživě není velkého rozdílu mezi tuky a uhlovodany, jelikož obojí se dokonale spalují a jsou zdrojem energie. Pokud se týká kalorické hodnoty, vydávají tuky téměř 2 a půlkrát více spalného tepla než uhlovodany a bílkoviny:

1 *g* bílkoviny	4.1 kal.
1 *g* uhlovodanů	4.1 kal.
1 *g* tuku	9.3 kal.

Pro tuto vysokou kalorickou hodnotu jsou tuky hlavním zdrojem tepelné energie. Jsou výživnější, ale tíže stravitelné; organism je ukládá do zásoby (tuk podkožní, útrobní atd.). V případě nemoci, aneb trpí-li tělo delší dobu nedostatkem tuku v jídle, nahrazuje tento nedostatek z vlastních zásob tukových. Tuky jsou sloučeniny glycerinu a kyselin mastných. Ve vodě se nerozpouštějí, pouze rozptylují ve formě malých kapek. Rozpustné jsou v chloroformu, etheru. Podle hutnosti rozeznáváme tuhé, měkké neb tekuté tuky, což závisí od povahy kyselin v nich obsažených. Tuky dodává nám jak říše živočišná, tak i rostlinná. Velký význam tuků spočívá též v tom, že se na ně váží vitaminy.

Denní potřeba tuku se určuje 60 *g* na osobu. Toto množství ovšem nemusí býti považováno za nutné, jak tomu je u bílkovin, jejichž přítomnost v určitém množství potravy jest nutností, nýbrž množství tuku jest odvislo od výkonnosti organismu, podnebí a ročního období. Se zvýšeným výdejem energie tepelné potřeba tuku stoupá (v zimě). Tuky nesmíme v potravě příliš omezovati, neboť representují reservu a také není radno se držeti nejnižšího minima tuku ve výživě.

Tyto tři skupiny ústrojných látek považujeme za nezbytné a také nejdůležitější složky naší výživy. Naše tělo jich potřebuje nutně k výživě, kryje jimi potřebu kalorickou a dodává tělu stavební materiál.

Ale vedle těchto ústrojných látek jsou ještě jiné, tukům podobné, neméně důležité, jež musí býti též obsaženy v naší potravě, třebas i v malém množství. Jsou to lipoidy, neb lipidy.

Lipidy jsou látky, podobající se tukům, rozpouštějící se ve stejných rozpustidlech jako tuky, ale jiného chemického složení.

Shora zmíněné tři skupiny živných látek jsou v naší výživě velmi důležité. Zcela nepostradatelné však jsou bílkoviny. Konalo se již mnoho pokusů, zda by bylo možno sleviti z oněch 70—80 *g* bílkovin a podařilo se to, ovšem pouze na krátkou dobu. Záhy se pak dostavují následky podvýživy bílkovinné, chabost tělesná, snížená odolnost vůči nemocem, u žen vynechávání čmýry, ale zvláště silně se to jeví u rostoucího dětského organismu. Jeho vzrůst se zastavuje. Na vzrůst působí tento nedostatek bílkovin stejně zhoubně jako nedostatek vitaminů.

Potřebu bílkovin hradíme zčásti z říše živočišné a nemusí to býti zrovna maso, i vejce, mléko a mléčné výrobky skýtají nám výborný pramen hodnotných bílkovin. Ostatek se dosazuje stravou rostlinnou. Jest to tedy strava smíšená, která nejlépe vyhovuje potřebě výživy našeho těla.

Denní potřebné množství bílkovin pro dospělého člověka můžeme hraditi polovinou z potravy původu živočišného a druhou z potravy rostlinné.

Potřebné denní množství bílkovin ve výživě podléhá kolísání. Záleží na jednotlivci, věku, na způsobu a zvycích výživy, ale nikoliv na způsobu konané práce. Pokusy se také zjistilo, že člověk vystačí i s menším množstvím bílkovin, má-li v těle větší zásobu tuků a uhlovodanů, aby zůstal v dusíkové rovnováze, to jest v takovém stavu výživy, při němž příjem dusíku by se rovnal jeho výdajům z těla (výkaly, moč). Pokud výdej dusíku z těla není hrazen přívodem dusíkatých bílkovinných látek v potravě, nemůže býti dusíková rovnováha v těle. Jelikož rozeznáváme celou řadu různě hodnotných bílkovin, jde vždy nikoliv o množství, ale o jejich hodnotu biologickou. Toto potvrzují též vědecké pokusy. Když při nedostatečné výživě následkem nedostatečného přívodu bílkovin nastalo chřadnutí a churavění těla, stačilo velmi malé množství plnohodnotných bílkovin ve stravě, aby chorobné příznaky zmizely.

Naopak však podáváním příliš velkého množství bílkovin můžeme tělu uškoditi. Rozmnožujeme škodlivé dusíkové rozkladné látky v těle, jejichž hromaděním mohou vzniknouti těžké poruchy tělesné. Ač není ještě zcela prokázáno, že různé choroby (rheumatismus kloubový, dna, nemoci jater, arteriosclerosa atd.) jsou následky nadužívání bílkovin z masa, přece jest zjištěno, že při většině těchto chorob bývá porušeno vyměšování rozkladných látek dusíkatých. Také při všech těchto nemocech omezujeme požívání masa a dosazujeme jinými hodnotnými živočišnými bílkovinami (máslo, mléko, mléčné výrobky). Tedy nejde zde o omezení bílkovin živočišných, nýbrž jedná se o omezení požívání masa, čímž se nejenom prospěje organismu, ale také i rozpočtu hospodyňky.

Nerostné soli.

K výstavbě svého organismu potřebujeme ještě i nerostných látek. Nerostným látkám, zvláště některým, připadá tentýž úkol při stavbě těla jako bílkovinám. Bez dostatečného množství solí vápenných a fosforu nemohou se tvořiti kosti. Vápník jest zastoupen nejen v říši

minerální, kde tvoří rozsáhlá horstva ve všech dílech světa, ale i v říši rostlinné a živočišné. U živočichů hraje úlohu hlavně plastickou, jest součástí zubů, tvoří skořápky vajec, skýtá organismu jak ochranu, tak i pevnou oporu. Pro život buňky jest vápník zcela nepostradatelný. V krvi jest též důležitým činitelem napomáhajícím při srážení krve. Spolu s draslíkem a sodíkem jest účasten při regulaci tepu srdečního svalu. Při pochodech fermentativních (kvašení) jsou soli vápníku považovány za důležité činitele. Poslední vědecká bádání upozorňují na vápník jako na velmi důležitý činitel fysiologický. Asi 99 % vápníku jest uloženo v kostech a jen nepatrný jeho zbytek jest v ostatních orgánech. Rostoucí organismus dětský a též kojící a těhotné ženy potřebují mnohem více vápníku. Denní potřeba vápníku pro děti (6—7 let) se odhaduje na 0·3—0·5 *g*, o polovinu více potřebují kojící a těhotné ženy.

Draslík, hořčík, sodík a vápník dráždí sympatickou část vegetativního nervového systému (životních nervů), který řídí činnost našich žláz s vnitřní sekrecí a činnost našich vnitřních orgánů. Činnost tohoto nervového systému není závislá na naší vůli. Minerální soli zároveň s vápníkem podmiňují fysikální vlastnosti tělesných tekutin, udržujíce rovnováhu mezi kyselinami a zásadami.

Normální potřeba vápníku pro dospělý organismus se odhaduje na 0·68 *g*. Při smíšené potravě dostává se tělu dostatečného množství minerálních solí. K řádnému vázání vápníku potřebuje lidské tělo též jiných solí minerálních, jako fosforu a hořčíku. Hlavním zdrojem vápníku kromě vody jsou mléko, mléčné výrobky, sýr, tvaroh, žloutek, hovězí maso a skopové maso. Sladkovodní ryby obsahují ho málo, mořské ryby více. Černá mouka obsahuje více vápna, nežli bílá. Také v rýži, krupkách a ovesných vločkách jest ho málo. Ze zelenin dosti vápníku obsahují květák, hlávkový salát, brukev, celer a červená řepa. V ovoci ho nacházíme hlavně v sušeném, hojně ho též mají fíky, ořechy, méně již višně, švestky, hrušky, jablka, jahody, citrony, pomeranče a banány.

Kromě vápníku i fosfor činí podstatnou část kostry. Mimo to se fosfor nachází též v nervových tkáních a pohlavních žlázách. Zároveň s vápníkem má vliv na tělesné tekutiny. Jeho denní potřeba se odhaduje na 1·32 *g*. Zdrojem fosforu jsou jednak látky živočišného, jednak rostlinného původu. Naše smíšená strava dodává nám dostatek fosforu. Velmi důležité však jest, aby vyměšování fosforu z těla nebylo zadrženo, což by mohlo působiti škodlivě na náš organismus. Vyměšování fosforu se děje močí a výkaly. Přebytek jeho v moči může působiti tvoření močových kaménků.

Železa se v našem organismu nachází málo, ale jeho přítomnost jest bezpodmínečně nutná. Máme ho v těle asi 3·2 *g*, a to hlavně v červených krvinkách (haemoglobinu). Hlavní úlohou železa v těle jest vázati kyslík, který vdechujeme, a rozváděti ho do všech orgánů těla a uvolněný kysličník uhličitý odváděti do plic, kterými se vydechuje. Určitá část železa se nachází v slezině a játrech.

Z potravin něco železa se nachází ve špenátu, v červené řepě a jiných zeleninách (brukev, hlávkový salát, rajská jablíčka). Dosti ho obsahují celer a ředkvička. Čočka je dosti bohatá na železo, méně

již suchý hrách. Brambory, kapusta, květák, mrkev a zelí obsahují ho velmi málo. Nejbohatším zdrojem železa jsou krev, játra a slezina. Též vejce, tvaroh, skopové maso a slanečci jsou dosti bohaté potraviny na železo. Mléko železa neobsahuje a pouze v případě, když je dopravováno v železných nádobách, má trochu železa.

Kuchyňská sůl.

Rovněž nezbytnou součástí naší výživy jest kuchyňská sůl. Její význam v organismu jest rozmanitý. Udržuje na určité výši osmotický tlak tkáňových tekutin a stav nabobtnání protoplasmy; jako pochutina působí příznivě na vyměšování chuťových šťáv a jest obsažena ve šťávě žaludeční i pankreatické. Má význam při tvoření potu, slz a pod. Denní potřeba kuch. soli pro dospělého člověka se odhaduje na 10—15 *g*. Proti tomuto odhadu jsou však námitky a někteří tvrdí, že bychom mohli vystačiti i s 2 *g* soli denně, a někteří dokonce, jako Gerson, tvrdí, že neslaná strava jest nejzdravější. Opravdu léčení neslanou stravou u některých nemocí, zvláště u tuberkulosy kostní, setkává se s úspěchem. Potřeba soli závisí hlavně od potravy, kterou požíváme. Strava rostlinná obsahuje málo soli kuchyňské, ale hodně soli draselnatých. Vylučování solí draselnatých z těla se děje pomocí soli kuchyňské. Tím se tělo ochuzuje o kuchyňskou sůl, což se stává, požíváme-li převážně rostlinnou stravu. Jak nedostatek solí, tak i nadbytek v těle jest škodlivý. Nedostatek zmenšuje vyměšování trávících šťáv. Při nedostatku kyseliny solné ve šťávách zažívacích ústrojů mohou vzniknouti i nemoci infekční tím, že choroboplodné zárodky přijaté v potravě nedostatkem kys. solné se neusmrcují, což může vyvolati onemocnění tyfem nebo cholerou a pod. Tento nedostatek též může způsobiti poruchy zažívacích ústrojů.

Na druhé straně i nadbytek těchto solí v těle škodí. Vede k hromadění soli v těle; sůl pohlcuje vodu v tkáních tělesných, které prosyceny vodou skýtají výbornou půdu choroboplodným zárodkům. Tím mohou vzniknouti různé infekční choroby, obzvláště tuberkulosa. Nadbytkem vody v těle jsou též přetěžovány ledviny, kterými se tato vyměšuje, což má i neblahý vliv na oběh krevní. Proto jest tolik hlasů pro omezení solení. Při onemocněních ústrojů zažívacích, ledvin, jater a žlučníku omezuje se příjem soli do určité míry. Ovšem musíme dbáti o to, aby tato málo solená jídla byla tak upravena, aby nebudila odpor, neboť pouze pokrm s chutí snědený se dobře tráví. A jelikož každé nadužívání neb nedostatek výživných látek jest škodlivé, jest i zde zachovávati míru.

U nerostných solí jest důležité nejen jejich množství, ale i vzájemný jejich poměr, ve kterém jsou v těle zastoupeny. Poměr draslíku ke sodíku má býti 3 : 1, vápníku ke hořčíku 6 : 1, při čemž mají převládati zásadité složky, aby mohly vázati a neutralisovati kyseliny povstalé spálením organicky vázané síry a fosforu. Nemůže-li tělo neutralisovati tyto kyseliny, nemá-li totiž dosti zásad k jejich nasycení, získává je tím, že rozkládá své vlastní bílkoviny (theorie Ragnara-Berga), čímž povstane amoniak, jímž se neutralisuje nad-

bytek organických kyselin. Podle Ragnara-Berga tento nadbytek kyselin povstává převážně při požívání nadbytku stravy masité. Znamenalo by tedy, že masitou stravou by přišly nazmar vlastní bílkoviny tělesné. I tuto theorii však nutno bráti s reservou.

Nadbytek těchto kyselin bývá příčinou vzniku nemocí výměny látek. Je to podmíněno rozkladem bílkovin, čímž vznikne více štěpných produktů, jež jsou organismu škodlivé, nevylučují-li se z těla dokonale. Pravdou jest, že při dně, zvláště v době záchvatu i brzy potom, jakož i při rheumatismu jest rozmnožena kyselina močová. I vznik úplavice cukrové, vodnatelnosti, arteriosclerosy, porušení žláz s vnitřní sekrecí, různých nervových onemocnění se vidí v nedostatku zásaditých složek ve výživě. Odpomoc spočívá v rozmnožení potravy rostlinné a ovoce, jelikož tyto zaručují dostatek minerálních zásad. Též brambory a kravské mléko zaručují dostatek zásad, kdežto maso, tuky, obilní výrobky, rýže a luštěniny a ze zelenin růžičková kapusta vykazují přebytek kyselin.

Podle toho bychom měli voliti jako příkrm k masu brambory a jiné zeleniny. Hlavní jídlo pak ukončiti ovocem. K zelí se hodí knedlík, k hrachu rýže, k čočce saláty, moučná jídla spojiti s ovocem pokud možno čerstvým. Dostatek zeleniny a ovoce by zaručil v naší potravě potřebné množství zásad, jejichž přítomnost mimo jiné značně pomáhá lepšímu trávení a zužitkování potravin vykazujících přebytek kyseliny.

Vitaminy.

Kromě jmenovaných výživných látek bílkovin, uhlovodanů, tuků, aminokyselin a minerálních látek jest nezbytnou nutností pro správnou výživu přítomnost vitaminů. Vitaminy, ač jejich podstata jest až dosud málo známá, považujeme za hlavní regulátory životních dějů organismu. Vitaminy jsou vázány na naše výživné látky a doprovázeji je. Trvalá nepřítomnost některého z vitaminů může ohroziti náš život. Následkem jejich nedostatku částečného povstávají určité poruchy v těle. U dětí jest potřeba vitaminů větší než u dospělých. U dětí způsobuje tento nedostatek vitaminů těžké poruchy vzrůstu a jiné. Vitaminy nejsou žádnou výživou, ale mají zvláštní vliv na výživné děje. Stačí i nepatrné stopy těchto činitelů ve výživě, aby organismus zůstal zdravý. Z nedostatku vitaminů povstalé poruchy nazývají se avitaminosa. Vitaminy jsou ještě stále předmětem vědeckého bádání. O jejich podstatě víme až dosud velmi málo, považujeme je však za nezbytné regulátory všech životních dějů těla.

Zdrojem vitaminů jest jak potrava z říše živočišné, tak i rostlinné a tato z větší části (ovoce, zeleniny). Nevhodnou úpravou kuchyňskou potrava pozbývá buď z větší části svých vitaminů aneb se tyto poškozují. Konservováním, sušením pozbývají jak zeleniny, tak i ovoce svých vitaminů. I seno jest velmi chudé na vitaminy, proto také mléko a máslo v zimním období obsahuje mnohem méně vitaminů než na jaře, kdy se krávy pasou na čerstvé trávě. U vitaminů nikdy nepřichází v úvahu množství, nýbrž a to hlavně, jejich přítomnost v potravě. Různé potraviny obsahují různá množství vitaminů. Není nic tak

poučného jako pozorování následků nesprávné výživy. V naší zemi nesetkáváme se skutečně s těžkými onemocněními z nedostatku, ale existuje celá řada onemocnění lehčích, vzniklých buď výhradně aneb částečně z nedostatku vitaminů. Velmi často se vyskytují nemoci z nedostatku vitaminů u dětí, zvláště uměle živených aneb nevhodně přikrmovaných. U kojenců jest to tak zvaná nemoc Moeller-Barlova jakožto následek výživy příliš dlouho vařeným mlékem. Dlouhým vařením se totiž ničí vitaminy v mléce. Tato nemoc se jeví různými organickými poruchami, krvácením dásní a na různých částech těla. Léčí se podáváním syrového mléka a čerstvého ovoce. Též křivice, velmi rozšířená nemoc dětí, jest zaviněna nedostatkem vitaminů. Podobně vzniká nemoc zvaná kurděje (skorbut), vyznačující se tvořením se vředů, krvácením z dásní a poruchami celého organismu následkem nedokrevnosti. Kurdějemi trpí lidé živící se převážně jednotnou konservovanou stravou (vojsko, polární cestovatelé). Léčí se požíváním čerstvého ovoce a citronové šťávy. Při obou těchto chorobách chyběl vitamin C, zvaný antiskorbutický. Jiná taková choroba jest Beri-beri, vyskytující se ve Východní Asii hlavně u lidí výhradně požívajících loupanou rýži, neboť loupáním se rýže zbavuje svého vitaminu, který zůstává v rýžových otrubách. Není-li tato nemoc příliš pokročilá, lze přidáváním rýžových otrub nemocného vyléčiti. Jeví se zánětem a ochrnutím nervů. Jest způsobena nedostatkem vitaminu B. V naší potravě postrádá vitaminu B jemná pšeničná mouka a jistě nebýt naší smíšené stravy, mohla by se tato nemoc vyskytovati i u nás při výhradném požívání bílého chleba. U lidí nemocných, kteří musí udržovati přísnou dietu, musíme hlavně dbáti o to, aby se vitaminy kuchyňskou úpravou, dlouhým vařením a zbytečným spařováním neničily.

Z vitaminů, které mají význam fysiologický, v naší výživě známe až doposud pět. Dělí se na skupinu A, D, E, které jsou rozpustny v tuku, a C, B, které jsou rozpustny ve vodě. Vitamin A: nachází se v tuku, zvláště rybím, máslovém, ve žloutku, nikoliv však ve vepřovém sádle, sádle vepřových a telecích jater, v brzlíku, v loji, některých margarinech, v mléce, sýrech a v olivovém oleji. Dalšími jeho zdroji jsou zeleniny, ovoce, luštěniny, brambory (rýže a bílá pšeničná mouka ho neobsahují). Snáší vysoké teploty, okysličením a světlem se však jeho účinnost značně zeslabuje. Jest pravděpodobně vázán na rostlinné barvivo karotin v tuku rozpustné a zároveň s tímto barvivem se ukládá jak v rostlinách, tak i v živočišném organismu zvířat živících se stravou rostlinnou. Rostliny obsahující tento vitamin jsou mrkev, rajská jablíčka, zelené zeleniny a banány. Jelikož vitamin A snáší vysoké teploty i konservované zeleniny a ovoce, zhotovené bez přístupu vzduchu, nepozbývají tohoto vitaminu. Nepřítomnost vitaminu A ve výživě způsobuje pomalý vzrůst, záněty oční, jak spojivek, tak i rohovek, náchylnost k onemocnění průdušek, plic, poruchy v plození. Vitamin rychle opouští tělo a nedoplňujeme-li jeho nedostatek v organismu, mohou nastati poruchy.

Vitamin D protikřivičný a vitamin E. Veliký význam pro organismus má vitamin D, vitamin E jest ještě stále předmětem vědeckého bádání a sporů, a jeho úloha pro lidský organismus není ještě zcela

známá. Vitamin D nesnáší vysoké teploty ani přístupu vzduchu, jest stálý pouze při nízké teplotě. Do těla lidského přichází potravou a slunečními paprsky. Ergosterol obsažený v lidské pokožce se mění působením slunečních paprsků ve vitamin D. Vitamin D se vyrábí také uměle z kvasnicového tuku ozářením paprsky ultrafialovými nebo slunečními. Jest prudce jedovatý a proto se nedoporučuje podávati ho dětem bez předchozí porady s lékařem. Jeho zdroji jsou: rybí tuk, žloutek, mléko, máslo; mléko jenom v tom případě, pasou-li se krávy venku a živí-li se čerstvou travou. Obilniny tohoto vitaminu neobsahují. Nedostatkem tohoto vitaminu ve výživě, zvláště u dětí, vzniká porucha při zvápenatění kostí (porušená rovnováha mezi vápníkem a fosforem), což se jeví u dětí křivicí.

Vitamin C náleží ke skupině vitaminů rozpustných ve vodě. Jest velmi nestálý, vyskytuje se hlavně v zeleninách a ovoci. V alkalickém prostředí se snadno ruší, ve šťávě zelných listů zaniká již při teplotě 60° C. Přidáváním kyseliny octové nebo citronové šťávy neutrpí však žádné škody, ani při zahřívání přes 100° C. Jest to vitamin protikurdějový, jehož nedostatek ve výživě jeví se změnami na zubní tkáni, křehkostí kostí, krvácením z dásní atd. Nachází se ve veškerých zeleninách, ovoci, zvláště pomorančích a citronech. Nejbohatší tímto vitaminem C jsou rajská jablíčka, brambory, zelená paprika, špenát, hlávkový salát a z luštěnin čočka. Jeho nedostatek v potravě zeslabuje organismus a snižuje značně jeho odolnost proti infekčním chorobám. Nedostatku vitaminu C se též připisuje, že podporuje vznik rheumatismu. Před několika lety podařilo se isolovati ho jako kyselinu askorbinovou.

Vitamin B jest komplexem, neboť se skládá z různých činitelů. Jest poměrně stálý v kyselém prostředí, snáší dobře přístup vzduchu a teplotu do 100° C. Zdroji jeho jsou: vejce, kvasnice, zárodky rostlin, mléko, mléčné výrobky, rybí tuk, játra, lůj, margarin, zeleniny, špenát, hlávkový salát, luštěniny, zelí a ovoce. Jeho nedostatkem v potravě vznikají choroby Beri-beri a Pelagra.

Jak vysvítá z tohoto pojednání, jsou vitaminy velmi citlivé na teplo, některé nesnášejí okysličení ani dlouhého vaření, sušení, konservování, některé se zase ničí v kyselém prostředí.

Při kuchyňské úpravě musí býti tedy brán na to zřetel, aby se nerušili tito důležití činitelé naší potravy. Též velmi důležité pro náš organismus jest požívání zelenin a ovoce syrových. Děti snadno navykneme strouhané syrové zelenině a ovocné šťávě. Tím se jejich zažívací ústrojí pomalu přizpůsobí chutnější stravě zeleninové, což by se u starších lidí dálo mnohem nesnadněji.

Kyseliny a zásady.

K tomu, aby naše výživa byla vhodnou a dokonalou, musí býti jednotlivé potraviny sestaveny tak, aby vskutku sloužily svému účelu jak svojí biologickou hodnotou, tak i svým vhodným sestavením, aby nenastal nedostatek některého důležitého činitele.

Látky, potravou dodávané, dělíme na kyselinotvorné a zásadité. Dostane-li tělo hojnost zásaditých látek (zeleniny, ovoce), jest mu

tím umožněno dokonalejší využití bílkovin tím, že není nuceno rozkládati své vlastní bílkoviny pro nasycení nadbytku neústrojných kyselin, které vznikají v těle při trávení. Jest velmi důležité, aby výživné látky byly k sobě v takovém poměru, aby se vzájemně doplňovaly, čímž by byla zachována rovnováha mezi kyselinami a zásadami v těle.

Převládá názor, že nadbytek kyselin vzniká při stravě převážně masité. Čím více bílkovin požíváme, tím dodáváme tělu více kyselin. Nedodáme-li pak tělu s dostatek zásaditých látek, nutíme je, aby samo rozkládalo své bílkoviny (R. Berg). Z toho plyne, že nejlépe jest omeziti přívod bílkovin z masa a nahraditi je jinými vhodnějšími bílkovinami. Při rozkladu bílkovin v těle vzniká množství škodlivých produktů, jimiž jsou podmíněny různé choroby výměny látek, jako dna, rheumatismus, úplavice cukrová, poruchy vnitřní sekrece a poruchy systému nervového.

Ke skupině s kyselou reakcí náležejí: maso, vejce, mouka, veškeré obilní výrobky, rýže, ryby a tuky.

Ke skupině zásadité počítáme: mléko, krev, tvaroh, veškeré zeleniny a ovoce s výjimkou růžičkové kapusty. Vlašské ořechy a mandle náležejí však do skupiny kyselé.

Ovšem z tohoto neplyne, že bychom musili vyloučiti veškeré látky kyselinotvorné. Stačí pouze částečně nahraditi bílkoviny z masa jinými živočišnými bílkovinami a doplniti je zeleninou a ovocem. Jako příkrm k masu zvolíme brambory místo knedlíku, k čočce nebo hrachu saláty. Naše domácí moučníky odpovídají zcela požadavku rovnováhy kyselin a zásad (moučná jídla s ovocem atd.). Samozřejmě s masem omezíme zároveň příjem tuku, což nebude zajisté nikomu na škodu.

Pochutiny a koření.

Dalším požadavkem dobré výživy jest to, aby potrava byla chutná a měla povzbuzující a dráždící účinek. Profesor Pavlov svými velmi cennými pokusy dokázal, že nestačí tělu přivésti pouze hodnotné živiny, nýbrž že tyto musí býti podporovány též pochutinami. Učení Pavlovo, jež jest nyní všeobecně uznáváno, klade velikou váhu na zvýšení chuti, čímž se též působí na správné zažívání. Má-li trávení probíhati správně, musí se též působiti na psychickou stránku chuťovou za účelem dosažení nejvydatnějšího odměšování zažívací šťávy. Těchto psychických podnětů jest celá řada: pohled, chuť, vůně, představa, prostředí, v němž potrava spočívá, a duševní nálada. Jen je-li zde některý z těchto činitelů, nastane dostatečně vyměšování žaludeční šťávy. Toto vyměšování se vzbuzuje cestou reflektorickou; reflex vychází pak z chuťových nervů. Lidé, kteří ze zdravotních důvodů mají dietu kašovitou, nechutnou a jednotvárnou, mohou i vážně onemocněti poruchami zažívacími.

K pochutinám na prvním místě patří známé masové výtažky, z nichž nejznámější jest silná hovězí polévka, Liebigův masový extrakt, beef tea, výtažky z hub, z kvasnic, Maggiho a jiné polévkové a pokrmové koření, bouillon a všechny ostatní obsahují extraktivní

aneb aromatické látky. Všechny zde uvedené přípravky nemají žádné výživné hodnoty, nýbrž pouze zlepšují chuť k jídlu a tím zároveň podporují vyměšování šťáv. Dále k pochutinám počítáme nejrůznější druhy koření: pepř, kmín, cibuli, česnek, zázvor, anýz, fenykl, skořici, majoránku, kapary, šafrán, vanilku a j. v. Ovoce obsahuje vonné ethery ovocné. I houby působí hlavně jako pochutiny, nemajíce veliké hodnoty výživné. Štiplavé oleje v křenu a v hořčici působí jak na zažívací ústroje, tak i na sliznice zažívací roury a dráždí stejně jako pepř a paprika. Zneužívání těchto může se státi nebezpečným u lidí trpících poruchami zažívacích ústrojů, u nemocí ledvin a močových cest. Cibule, ředkev a křen obsahují olej hořčičný, též dráždí sliznice a stejně působí též citroňan draselný, obsažený v salátu hlávkovém.

Též pražením, smažením a pečením vznikají vonné látky, působící na vyměšování šťáv. Černý chléb svou nakyslou chutí a hlavně ocet mají vliv na chuť. Příznivý vliv vinného octa spočívá v jeho obsahu aromatických látek, vonných etherů a solí.

Jak pro zdravého člověka, tak i pro lidi nemocné lze s použitím koření připraviti jídla výborně chutnající. Naprosto odmítáme nemocným podávati stravu nedráždící a bezchutnou; jest to jen k jejich škodě. Ovšem i při kořenění jídel musí býti zachována míra, zneužívání má též zhoubné následky, poruchy žaludeční, onemocnění střevní, ledvin. Tedy zásada zde má býti: kořeniti, ale s mírou.

Káva, čaj, kakao, alkoholické nápoje.

K nápojům povzbuzujícím chuť patří káva, čaj, kakao a alkoholické nápoje. V kávě a čaji jsou obsaženy alkaloidy, a to v kávě kofein, v čaji thein. Vonné látky, vzniklé při pražení kávy zároveň s kofeinem, vyvolávají mírný pocit příjemného vzrušení, povzbuzují též i činnost nervovou, u některých však vyvolávají nespavost, bušení srdce a neklid. Nadužívání kávy se může státi i nebezpečným. Lze proto vítati kávu bez kofeinu, která má všechny dobré účinky kávy s kofeinem s vyvarováním se všech účinků nezdravých. Káva, jak jest u nás připravována, s dostatkem mléka a cukru, jest jak pro dospělé, tak i pro děti dobrým a zdravým nápojem.

Známe též různé náhražky kávové, které jsou velmi rozšířeny (žito, cikorka), které nemají s kávou ničeho společného, ale jejich výživnost spočívá v jejich přípravě s mlékem a cukrem a další jejich výhodou jest jejich láce.

Též v čaji mimo thein jest obsažen i kofein a působí stejně jako u kávy. Čajů rozeznáváme několik druhů (zelený, černý, žlutý, cihlový atd.). Jelikož čaj neobsahuje žádných výživných látek a pije se bez mléka, alespoň u nás, nemůžeme mu přikládati žádných výživných účinků. Působí svou aromatickou vůní a chutí způsobem povzbuzujícím, zahání únavu a spánek. Čaj se má připravovati tím způsobem, že se spaří vařící vodou a nesmí se vařiti. Čaj obsahuje dosti třislovin, takže dlouho vařený působí jako prostředek proti průjmu. Močopudný účinek čaje je způsoben theofilinem v čaji obsaženým.

Kakao obsahuje theobromin, který však má velmi slabý účinek na nervový systém, neboť jest obsažen ve velmi malém množství. Vedle theobrominu obsahuje bílkoviny, tuky a uhlovodany. Pražením se kakaové boby zbavují částečně tuku.

Z prášku kakaového se připravuje jednak čokoláda a jednak nápoj s mlékem a přídavkem cukru. Jest to velmi povzbudivý, chutný a výživný nápoj.

Čokoláda má vysokou kalorickou hodnotu. Obsahuje bílkoviny, má 20 až 30% tuku, ostatek uhlovodany Jest velmi výživná a vyniká též svým bohatým obsahem železa.

Alkohol.

Lihové nápoje nelze považovati za potravinu pro jedovatý účinek ethylalkoholu, který jest hlavní součástí všech nápojů alkoholických a vzniká z lihového kvašení. Alkohol se v těle úplně spaluje, má vysokou hodnotu kalorickou, 1 *g* alkoholu obsahuje 7·1 kalorií. Alkohol, požívaný ve velikých dávkách, tlumí činnost ústředního nervstva a poškozuje tkáně našich orgánů. U lidí, zvyklých velkému požívání lihových nápojů, vznikají časem různé choroby (katar žaludeční, onemocnění srdce, zvýšení tlaku krevního atd.). Alkohol v malých dávkách jest někdy i velmi dobrým lékem pro svůj povzbudivý účinek na činnost srdeční. Dojem ohřátí po požití alkoholu jest pouze zdánlivý a pochází od překrvení kůže, což vyvolá vzápětí ztrátu tepelnou, a proto jest organismus, otrávený alkoholem, spíše vystaven nebezpečí smrti vychladnutím (zmrznutím). Alkohol jest největším škůdcem lidstva, ničí organismus, působí i na potomstvo a ničí i rodinný život mnohých.

Z alkoholických nápojů obsahuje koňak asi 50% lihu. Užíváme ho někdy i jako léku pro jeho vliv na činnost srdeční a při kurách ztučňovacích povolujeme malé dávky koňaku pro zlepšení chuti k jídlu. Při nemocech jater, při vředech žaludečních a tenkého střeva a při všech nemocech oběhu krevního, spojených s vysokým tlakem krevním, alkohol zakazujeme.

Pálenky a likéry obsahují značné množství alkoholu a též některé éterické oleje, jež se do nich pro chuť přidávají, takže jejich působení jest velmi škodlivé. Vína obsahují různé procento alkoholu: červené víno 9%, bílé 8% a jablečné 5%. Velmi silná vína obsahují až 16% lihu. I vína se někdy podávají pro svůj dobrý účinek na nemocný lidský organismus, a to při průjmech vína červená pro jejich obsah tříslovin a při zácpě vína jablečná.

Výživná hodnota piva jest též velmi malá, a to nepatrné množství výživných látek jest velmi draze zaplaceno; bohužel, tento názor jest velmi málo rozšířen a hodnota piva se zatím značně přeceňuje. Pivo v malém množství jest i dietetickým prostředkem a jest to alkoholický nápoj nejméně nebezpečný. Kalorická jeho hodnota jest dosti značná, takže se vůbec nedoporučuje při dietách odtučňovacích. Stejně i kojícím ženám se pivo nedoporučuje, není pro ně vhodnou výživou, jen po něm tloustnou a poškozují zdraví kojence přiváděním alkoholu.

Trávení.

Jedním z požadavků, kladených potravě, jest to, aby výživné látky, v ní obsažené, mohly býti převedeny do tělesných šťáv ve stavu tekutém. Vždyť pouze jako tekutina může potrava býti přijata do krve, která ji poté převádí orgánům těla, pro jejichž stavbu a obnovení se spotřebuje.

Trávení začíná již v ústech vlivem slin, vyměšovaných ze žláz ústních (podjazyčných, příušních a podčelistních). Sliny ústní obsahují albumin, mucin, ale je to hlavně ferment ptyalin, který přeměňuje již v ústech škrob v dextriny a pak i cukr sladový, lehce rozpustný. Strava, rozmělněná v ústech zuby, promíchaná slinami, částečně i hlenem a vzduchem, sklouzá po etapách jícnem do žaludku. Množství vylučovaných slin v ústech není vždy stejné, závisí na druhu potravy a její vlhkosti. Je-li strava suchá, vylučuje se více slin. Škrob se ani v ústech, ani v žaludku nedotravuje, tam tomu překáží kyselá šťáva žaludeční. Sklouzání neb polykání potravy z úst do žaludku děje se takovým způsobem, že jednotlivá sousta se vrství nad sebou způsobem takovým, že když první sousto již přechází do tenkého střeva, poslední ještě zůstává v oddílu jícnovém. Žaludek jest jakousi zásobárnou, ve které zůstává potrava po určitou dobu, čímž jest umožněno přijímati potravu v krátkých obdobích a tráviti ji po celé hodiny.

Objevením se prvního sousta v žaludku začíná vyměšování, vylévání šťávy žaludeční, v níž se nachází kyselina solná a pepsin, které působí na trávení a rozklad potravy. Na vyměšování šťáv jak žaludečních, tak i slinných působí jednak chemické složení potravy, jednak její chuť. Čím je určitá potrava chutnější, tím silněji se vyměšují trávicí šťávy. V žaludku vlivem kyseliny solné a fermentu pepsinu se tráví částečně i bílkoviny. Složité látky bílkovin se štěpí na jednodušší, rozpustnější. Šťávami žaludečními a slinami, které i v žaludku ještě působí na potravu, se potrava ještě více zvlhčí a natrávená, zvlhčená a rozmělněná v jemnou kaši přechází ze žaludku do tenkého střeva. Díky účelnému zařízení vrátníku, který propouští jen menší kusy tráveniny ze žaludku do střeva, neporušuje se další trávení ve střevě. Aby se tomu rozumělo: obsah žaludeční jest kyselý, kdežto trávení ve střevě se děje v prostředí zásaditém. Přechodem většího množství kyselého obsahu žaludečního najednou do střeva porušila by se reakce ve střevě a tím by utrpěl správný chod dalšího trávení.

Kyselina žaludeční, kromě svého velikého významu pro trávení, jest velmi důležitá ještě tím, že usmrcuje bakterie, které se s potravou dostaly do žaludku (při epidemiích cholerových v Rusku se podávala kyselina solná, jako prostředek chránící před nákazou).

Chemickými látkami, v potravě obsaženými, a chutí k jídlu jest podmíněno nejenom trávení v ústech a v žaludku, ale i pohyby žaludeční, kterými se hněte a míchá trávenina žaludeční, čímž se usnadňuje její protrávení a rozmělnění. Pocit ošklivosti, bolest, neb nechuť tyto pohyby a trávení brzdí. Všechno, co zlepšuje lahodnost a chutnost potravy, zvyšuje a zesiluje trávení. A proto jest zcela oprávně-

ným požadavkem v otázce výživy, aby potrava kromě svých hodnot byla též chutně upravena, vkusně servírována, aby svojí vůní a vzhledem vzbudila již vyměšování chuťové šťávy.

Říká se, že hlad jest nejlepším kuchařem, ale to může platiti pouze pro docela zdravého člověka, nikoliv však pro lidi nervosní, přepracované neb nemocné, aneb pro děti trpící velkou podvýživou.

Ale chuť k jídlu působí ještě dále. V tenkém střevě počíná teprve hlavní trávení. Na potravu, natrávenou v žaludku hlavně fermentem pepsinu, který působí zvláště na bílkoviny, vylévají se žluč a šťávy břišní slinné žlázy (pankreas), která leží za žaludkem. Střevo samo vylučuje jen nepatrně šťávy, která působí na rozkládání peptonu, vzniklého již v žaludku. Šťáva pankreatická obsahuje fermenty trávicí, které působí na všechny živné látky. Tyto fermenty rozkládají bílkoviny (fermenttripsin), uhlovodany (diastasa) a na tuky působí lipasa. Tyto fermenty se přesně připojují k činnosti žaludečních a slinných fermentů. Žluč, tekoucí do tenkého střeva z jater, nemá trávicího účinku, podporujíc pouze trávení tuku. Z bílkovin vznikají ve střevě aminokyseliny a polypeptidy, z tuku glycerin a mýdlo, z uhlovodanů (škrobu a cukru) jednoduché cukry. A tak v tenkém střevě se přemění veškeré složité výživné látky na látky jednoduché, které krví a mízou se dopravují všem orgánům těla, které zase z nich sestrojují své vlastní tělové látky.

V tlustém střevě se vlastně již jenom dokončuje trávení, pokud se tak již nestalo v tenkém střevě. Tlusté střevo nevyměšuje žádné vlastní trávicí šťávy. Požijeme-li lehce stravitelnou potravu, jest tato strávena již na přechodu z tenkého střeva do tlustého. Při těžké stravě, obsahující mnoho celulosy (zelenina, černý chléb), zůstává hodně součástí nestrávených; v tomto případě napomáhají bakterie střevní, natravujíce celulosu, čímž napomáhají jejímu využití a využití hodnotných látek, které jsou obsaženy v kostře celulosové. Některé střevní bakterie chrání tělo před hnilobnými bakteriemi, které vždy do jisté míry bují v tlustém střevě. V tlustém střevě se zbytek zahušťuje a ve formě výkalů se vypuzuje konečníkem ven. Výkaly se skládají z bakterií, ze zbytků trávicích šťáv, z výměšků zažívací roury a také z nedotrávených zbytků potravy. Čím nestravitelnější potrava, tím více obsahují výkaly těchto nestravitelných zbytků.

Vedle šťáv žaludečních působí na rozkladový děj bakterie a kvasinky. Tyto bakterie i kvasinky sice napomáhají trávení, bují-li však příliš prudce, nastává přílišné hnití bílkovin a kvašení uhlovodanů, což může vyvolati chorobné změny v těle. Při přílišném kvašení uhlovodanů vznikají látky dráždící sliznice střevní, čímž bývá vyvoláno prudší posunování obsahu střevního směrem ke konečníku a případně může vzniknouti i průjem.

Zažívání.

Rovnoběžně s trávením probíhá v těle další důležitý pochod, zažívání. Cizí látky, které vpravujeme do těla potravou, musí se napřed působením šťáv a fermentů zažívacích ústrojů rozložiti na jedno-

duché, ve vodě rozpustné látky a jen jako takové se vstřebávají do těla, které z nich sestrojuje tělové látky. Kdybychom na příklad vpravili přímo do krve cizí bílkoviny, působily by jako jed a mohly by i organismus otráviti. Díváme se tedy na zažívací ústroje mimo jiné jako na ochranné zařízení, zbavující potravu jedovatosti. U dětí s porušeným zažívacím ústrojím vyskytují se otravy i při požití úplně bezvadné stravy.

Stává se to následkem přecházení potravních látek porušenou sliznicí přímo do krve.

Trávením si tělo sestrojuje vlastní bílkoviny, vlastní tuky i škroby a z různých cukrů tělo sestrojuje trávením pouze cukr hroznový, z kterého se tvoří živočišný škrob a ten se hromadí do zásoby hlavně v játrech a také ve svalech. Vstřebávání tráveniny nejrychleji postupuje v tenkém střevě. V tlustém střevě se vstřebává i voda, čímž se vysvětluje zahuštění tráveniny, která přichází z tenkého střeva jako roztok a teprve v tlustém střevě se formuje. V žaludku jest poměrně nepatrné vstřebávání tráveniny, voda se žaludkem vůbec nevstřebává, jen něco látky, vzniklé při bílkovinném trávení, zato se líh vstřebává žaludkem velmi rychle, téměř ihned po jeho požití se pocítí jeho účinek vstřebáváním sliznice žaludeční do krve. Ze stěny střevní se dopravuje živný roztok do krve a mízy. Zažívání látek jednoduchých, vzniklých trávením, se děje v celém těle. Krev je roznáší a poskytuje všem orgánům rozmanitou výživu.

Každý ústroj pravděpodobně čerpá z krve ty látky, které právě potřebuje pro vybudování svých zvláštních tělových látek (bílkoviny, tuk, cukr) i pro ukládání do zásoby (tuk, hroznový cukr).

Vyměšování.

Vyměšování odpadových látek, které vznikají ve tkáních tělových, se krev zbavuje vyměšovacími ústroji, k nimž náleží kůže, ledviny, zažívací roura a plíce. Plícemi se vydechuje do vzduchu kysličník uhličitý a částečně i voda. Při štěpení uhlovodanů, bílkovin a tuků vzniká jako odpadová látka voda, její množství není veliké. Vyměšuje se jednak plícemi, koží, močí a výkaly. Některé těžko rozpustné nerostné soli se vylučují výkaly, kuchyňská sůl potem a močí. V moči jsou hlavně rozpadové dusíkaté látky, tak zv. močovina, a mimo to i složitější látky z rozpadu bílkovin, kyselina močová a její soli — močany. Močovina se sestrojuje v těle ze čpavkových skupin, které vznikají při rozpadu bílkovin. Mimo dusíkaté látky náleží k močovým látkám sloučeniny sirné, fosforečné. Nejhlavnější dusíkatou odpadovou látkou jest močovina. Její množství stoupá se zvýšeným příjmem bílkovin v potravě. Vyměšují se všechny tyto látky ledvinami. Kdyby z nějaké příčiny nastala porucha v jejich vyměšování, hromadily by se v těle a mohly by se státi velmi nebezpečnými tím, že by mohly vyvolati otravu celého organismu.

Ve výměně látkové jest důležité množství potravin, tedy nejen příjem, ale rovněž i výdaj ve formě vyměšovaných odpadových látek z těla.

Čeho dbáme při volbě naší stravy.

Při volbě své potravy přihlížíme k tomu, aby to byla potrava smíšená, správně a účelně sestavená, aby odpovídala uspořádání a rozměrům zaživacího traktu, poměrům podnebným, způsobu zaměstnání širších vrstev a též poměrům hospodářským v naší zemi.

Naše zaživací ústroje jsou málo objemné (7—8 % tělesné váhy) a jsou z toho důvodu přizpůsobeny už přírodou stravě smíšené. Zaživací ústroje některých národů, odkázaných na jednostrannou výživu, jsou k tomu účelu zvláště uzpůsobeny (Japonci — rýže, Samojedi a Eskymáci — maso, tuky). Strava smíšená z potravin původu živočišného i rostlinného jest nejvhodnější a nejpřirozenější potravou pro člověka našich klimatických poměrů. A vzhledem k nestejné hodnotě bílkovin, uhlovodanů a tuků v jednotlivých potravinách, stejně jako různému množství vitaminů a nerostných látek, pouze smíšená strava vhodně a účelně sestavená vyhovuje nám úplně.

Člověk těžce pracující tělesně potřebuje stravu hlavně uhlovodanovou (chléb, rýže, brambory, luštěniny), a to tím více, čím jest jeho svalová práce intensivnější. Kromě toho ovšem denní množství potřebných bílkovin (70—80 *g*) musí býti v potravě taktéž zastoupeno z hodnotných bílkovinných potravin (maso, vejce, mléko, sýry). Denní množství tuků musí býti alespoň 55—60 *g*.

Duševně pracující člověk nepotřebuje převážně uhlovodanovou stravu, neboť jeho denní výdej kalorií není tak veliký. Tedy v jeho výživě může převládati strava živočišná. Ovšem nesmí chyběti ani zeleniny ani ovoce.

Všímáme-li si též stravitelnosti a zužitkovatelnosti jednotlivých potravin, pozorujeme, že i toto jsou velcí činitelé, mluvící pro stravu smíšenou. Jest zjištěno, že potraviny původu živočišného se téměř úplně stráví a zužitkují: Nejrychleji opouští žaludek vejce na měkko uvařené; maso se tráví poměrně nejpomaleji, ale přidáme-li k němu potravu škrobovitou (uhlovodany), brambory neb sladký moučník, prodlouží se tím jeho trávení. Po požití 50 *g* masa s 50 *g* brambor trávení tohoto pokrmu trvá 4 hodiny, ale 50 *g* masa a 100 *g* brambor se tráví již 6 hodin. Další pokus: pokrmy, které obsahovaly jenom hovězí polévku, sekaný beefsteak a brambory bez moučníku, se trávily 3 a půl hodiny; přidáním moučníku k tomuto pokrmu, který obsahoval 40 *g* cukru, 25 *g* keksů a něco málo mléka, trávení jeho trvalo 8 hodin. Z toho jest patrno, že uhlovodany samy jsou lehce stravitelné a velmi rychle se tráví, avšak spojeny s masem že prodlužují jeho dobu trávení a hodnotu nasycení. Tedy smíšením stravy živočišné s potravou rostlinnou se tato stane mnohem výživnější a zároveň i uhlovodany se mnohem lépe zužitkují, nežli požity bez smíšení. Tímto způsobem též ušetříme na bílkovinách, které jsou drahé a vzácné, a stačí, přivádíme-li jich tělu menší množství. Jest zjištěno, že z pokrmů živočišných (masa, vajec, sýrů), přijatých v potravě, se nezužitkuje 4—8 %. U mléka jest to dokonce 9 %.

Na rozdíl od potravy původu živočišného jest strava rostlinná mnohem objemnější, avšak těžce stravitelná a málo zužitkovatelná. Spočívá to ve stavbě rostlinné kostry z nestravitelných celulosových

stěn, uvnitř kterých se nacházejí výživné látky. Tato celulosa nepodléhá vlivu trávicích šťáv a lidské tělo nemá zvláštního fermentu pro její vytrávení a pouze bakterie střevní na ni částečně působí. Další příčina malé zužitkovatelnosti jest v tom, že rostlinná strava svou objemností vypuzuje předčasně potravu ze střeva, neboť je dráždí, a tím mnoho nestrávených zbytků přijde nazmar. Z rostlinných potravin (rýže, bílý chléb) jsou ztráty kolem 4 %; u brambor 8—10 %; u hrachu kolem 20 % (ztráta zde závisí na úpravě kuchyňské; hrách lisovaný má menší ztrátu než nelisovaný); černý chléb z celozrnné mouky 20—60 %.

Výživná hodnota různých pokrmů závisí na jejich kuchyňské úpravě. Tak smažením, pečením můžeme zvýšiti i čtyřnásobně výživnost jednotlivých potravin (brambory, ryby, maso, vejce, různé moučníky). Ovšem tím se zároveň stávají těžko stravitelnými a pouze lidé se zdravým žaludkem je dobře snášejí. Též pražením a sušením u chleba a housek zvyšujeme výživnost, ale tím také se stávají tíže stravitelnými. Housky a žemle se tráví déle než ze stejného těsta udělaný bochník, poněvadž obsahují více opečené kůrky. Chléb bez kůrky prodlévá v žaludku pouze 3 hod., kůrka samostatně požitá i přes 7 hodin. Stejně je tomu u karlovarských sucharů, které prodlévají mnohem déle v žaludku a jsou tíže stravitelné nežli rohlík neb houska.

Jak tuky, tak i bílkoviny a uhlovodany musí býti zastoupeny ve smíšené stravě v určitém poměru. Asi polovinu (40 *g*) bílkovin hradíme z potravin původu živočišného a zbytek z potravy rostlinné. Tuky (60 *g*) hradíme jednak tuky rostlinnými, jednak živočišnými. Jest zjištěno, že, je-li v potravě obsaženo dostatečné množství uhlovodanů, jest zapotřebí mnohem méně bílkovin a i tuky se stávají zužitkovatelnějšími. Při těžké svalové práci organismus nedovede hraditi své pohonné látky (uhlovodany) z tuků, ježto tělo nemůže z tuků vytvořiti škrob. Naopak však z uhlovodanů, je-li jich nadbytek, při nečinnosti svalové se může v těle ukládati tuk. Uhlovodany musí býti ve stravě obsaženy v poměru k vykonávané práci svalové. Stoupá-li námaha, musí se též zvýšiti množství uhlovodanů. Tedy jinými slovy uhlovodany kryjí po stanoveném množství bílkovin a tuků asi 50—60 % celkové spotřeby kalorické. Tuky hradí 25 % a bílkoviny 15 % celkového množství kalorií.

Též s hlediska ekonomického lze stravu smíšenou jen vřele doporučiti. Nejdráže placená výživa jest v bílkovinách živočišných (maso, vejce). Jest však známo, že ve smíšené stravě se vyrovnávají méněhodnotné bílkoviny bílkovinami hodnotnými, neboť se jimi doplňují. Z toho tedy vychází najevo, že můžeme drahé bílkoviny, získávané z masa a vajec, hraditi levnějšími a stejně hodnotnými bílkovinami z mléka, sýrů, tvarohu. Také některé rostlinné potraviny obsahují biologicky hodnotné bílkoviny, jako je tomu u brambor, rýže, černého chleba.

Též luštěniny obsahují dostatek bílkovin, které se sice svou hodnotou nemohou rovnati ani bílkovinám z brambor aneb živočišným, ale ve smíšené stravě mohou se výborně uplatniti. Jako příklad uvádím:

100 kalorií libového hovězího masa (62 *g*)	stojí	55	hal.
100 „ vajec (necelá dvě vejce)	„	105	„
100 „ vepřového masa (37 *g*)	„	55	„
100 „ tvarohu (102 *g*)	„	51	„
100 „ mléka (150 *g*)	„	22	„
100 „ másla (13 *g*)	„	26	„
100 „ Ceresu, Sany (11—12 *g*)	„	14	„
100 „ chleba (40 *g*)	„	11	„
100 „ brambor (100 *g*)	„	6	„
100 „ mouky (27 *g*)	„	8	„
100 „ rýže (28 *g*)	„	7·3	„
100 „ hrachu (30 *g*)	„	9·6	„
100 „ čočky (29 *g*)	„	11·6	„
100 „ ovesných vloček (25 *g*)	„	12·5	„

Zde pozorujeme různost v cenách kalorií živočišných a rostlinných. Chtěli-li bychom hraditi svou potřebu kalorickou převážně potravou živočišnou, hlavně masem, bylo by to velmi nákladné, nemluvě ani o neúčelnosti a posléze i škodlivosti. Tím se též vysvětluje, proč se v poslední době maso stává potravou vědecky pronásledovanou. Vytýká se mu, že přivádí tělu nadbytek kyselin, zaviňuje zvýšení výměny látek v těle, při čemž dochází k většímu rozkladu bílkovin v těle a k tvoření velikého množství kyseliny močové (rheumatismus, dna). Nemusíme jísti každý den maso, může býti občas zastoupeno rybou, aneb mléčnými jídly, vejci; střídáme sýry tučné a polotučné a běžné u nás zeleniny. Dbáme o časté střídání pokrmů a o rozmanitost jídelního lístku, abychom tím zvýšili jak chuť, tak i požitek z jídla. Stanovené množství jednotlivých výživných potravin nemusí býti denně přesné. Je-li jednou sytější oběd, máme druhého dne slabší. Tím dosáhneme vyrovnání nedostatků a přebytků v těle. Tučné moučníky, které převládají v naší potravě, máme často nahraditi ovocem.

Velký vliv na správnou výživu má též denní rozdělení jídel na určitá období. Pro dospělého člověka by měla býti období tři: snídaně, oběd a večeře. Naše snídaně není svým množstvím dostačující; naše káva a rohlíky by se měly doplniti buď máslem s medem, sýrem, šunkou neb vejcem. Oběd v obvyklé době; mezi obědem a večeří čaj bez moučníků a sladkých pokrmů. Večeři bych doporučila teplou jako oběd. Z celkového denního množství potravy nechť připadne na snídani $^3/_{10}$, na oběd $^3/_{10}$ a na večeři $^4/_{10}$.

Nejvhodnější teplota pokrmů jest 40—50° C pro dospělé. Pro děti 38° C.

Potraviny.

Naše potraviny musí obsahovati bílkoviny, tuky, uhlovodany, vitaminy, nerostné látky a též látky podporující činnost zažívacích ústrojů. Hlavními prameny naší potravy jsou výživné látky z říše živočišné a rostlinné, z nich první jsou převážně rázu kyselinotvorného a druhé zase zásaditého.

Maso.

Výživná hodnota masa záleží v jeho obsahu tuku. Bílkovin obnáší asi 20% a jejich biologická hodnota jest vysoká, má tedy vysokou hodnotu výživnou. Obsahuje něco málo vitaminu A, z nerostných látek hojně fosforu a síry, též nepatrné množství vápníku a hořčíku. Vařením masa ve vodě přechází kolem 15% dusíkatých látek do roztoku. Jsou to tak zv. extraktivní aneb výtažkové látky, které sice nemají výživné hodnoty, ale jsou důležité tím, že povzbuzují chuť. Tyto dusíkaté látky se vyměšují větším dílem málo změněny močí. Uhlovodanů jest v mase velmi málo, nejvíce jich nacházíme v játrech. Kalorická hodnota ve 100 *g* masa jest 120 kalorií. Čím je maso tučnější, tím je též výživnější, sytější, ale tíže stravitelnější.

Stravitelnost masa jest určena spíše úpravou kuchyňskou, nežli druhem masa. Tedy na př. ryba vařená ve vodě jest lehce stravitelná, ale nasytí málo; je-li smažená, jest tíže stravitelná a mnohem sytější. Stejně je tomu i u jiných druhů masa. Pro výživu má stejnou hodnotu černé i bílé maso. Maso teplé jest lehčeji stravitelné nežli studené.

U masa se musí počítati s odpadky, jako jsou kosti, šlachy a chrupavky, jež činí 10—35% celkové váhy. Kosti obsahují kromě solí a bílkovin 10—20% tuku. Kostní morek 90% tuku. Klihoviny ze šlach a chrupavek obsahují hojně bílkovin, které jsou však málo hodnotné.

Vařením a pečením ztrácí maso průměrně 30—35% své vody. Dáváme-li maso vařiti do studené vody, jsou ztráty vody, výtažkových látek a minerálních solí větší, nežli když je dáváme vařiti do horké vody. V prvém případě docílíme výborné polévky bohaté na výtažkové látky, v druhém slabší polévky, ale chutnějšího masa.

Vařením obdržíme ze 100 *g* syrového masa následující množství čisté váhy:

hovězí maso	57 *g*
telecí maso	72 *g*
kuře	70 *g*
ryby	90 *g*

Pečením se neztrácejí výtažkové látky, čímž také vysvětlujeme chutnost pečínek. Stejně jest tomu tak u mas na rychlo opékaných.

Ještě hodnotnějším pokrmem nežli maso jsou vnitřnosti a krev. Z vnitřností mají jazyk, srdce, ledviny asi stejné složení jako maso. Játra bývají tučnější a obsahují vedle toho ještě uhlovodany — glykogen.

Vnitřní orgány obsahují vitaminy a více kyseliny nukleinové, ale biologická hodnota jejich jest stejná jako u masa. Jsou též velmi bohaté na minerální látky. Některé z vnitřních orgánů vynikají lehkou stravitelností (mozeček, brzlík), jiné zase, jako krev a játra, jsou dobrým léčebným prostředkem (chudokrevnost). Krev jest dokonalou výživou a jest výborným zdrojem železa, mimo to obsahuje též hojně sodíku. Náleží k zásadotvorným živinám.

Ryby.

Svým obsahem bílkovin se rybí maso zcela vyrovná masu ostatnímu. Jest lehce stravitelné, ale kuchyňskou úpravou (smažením, pečením) s použitím hojnosti tuku stává se těžce stravitelným. Ryby netučné obsahují asi 15—18% bílkovin a 0·5—1 *g* tuku. Mají tedy složení stejné jako libové maso telecí, t. j. 70—80 kalorií ve 100 *g*. Výživná hodnota ryb tučných jest značně vyšší (sleď, úhoř, kapr, losos). Při obsahu 12—20% bílkovin, 7—28% tuku mají 130—300 kalorií. Ryby neobsahují výtažkové látky, pročež jsou i lehce stravitelné. Tučné ryby obsahují vitamin vzrůstový A a též vitamin D. Vedle bílkovin obsahují též síru a vápno; zvlášť důležitý u mořských ryb pro lidský organismus je pak jejich obsah jodu. Rybí tuk, známý to léčivý prostředek, se nalézá v tučných mořských rybách. Hlavním jeho zdrojem jsou tresčí játra. Nejdůležitější jeho součástí jest protikřivičný vitamin D a vzrůstový vitamin A.

I ryby laciné, u nás velmi rozšířené, jako uzenáči, zavináči a slanečci mají vysokou výživnou hodnotu a též obsahují vitaminy A a D a jod. Můžeme je vřele doporučiti jako výživný pokrm pro děti i dospělé.

Mléko.

Mléko jest naší nejdokonalejší potravou, obsahující veškeré živné látky, potřebné pro provoz našeho organismu. Jsou v něm obsaženy jak hodnotné bílkoviny, minerální látky, lipidy, tak i vitaminy. Jest ideální výživou pro kojence, vhodným doplňkem potravy odrostlejších dětí a nemělo by scházeti i ve výživě dospělých.

Ve 100 *g* kravského mléka se nachází: 87·65 *g* vody, 3·02 *g* bílkovin, 3·26 tuku, 4·4 uhlovodanů. Z bílkovin v mléce obsažených činí 80% kasein, 15% albumin a jiné bílkovinné látky a 5—6% připadá na jiné dusíkaté sloučeniny. Bílkoviny mléka jsou plnohodnotné, ale největší biologickou hodnotu má laktalbumin. Důležitý jest též mléčný tuk, který jest nositelem vitaminů v tuku rozpustných. Množství jejich jest různé podle ročních období. Pasou-li se krávy na pastvinách, jest množství všech vitaminů větší. Po celý rok se však v mléce nacházejí vitaminy A a B.

Mléko svým obsahem všech důležitých živných látek, vitaminů, minerálních solí jest vlastně zředěný roztok všech živných látek. Ač chová v sobě plnohodnotné živočišné bílkoviny, vykazuje přebytek zásad a neobsahuje purinové látky.

Stinnou stránkou mléka jest ta okolnost, že jest výbornou živnou půdou pro bakterie, snadno se znečistí a kazí. Bakterie se dostávají do mléka z mlékovodu, z rukou nečistých dojičů, ze špatně umytých nádob, ze vzduchu, ale též z nemocných krav a s povrchu vemene. Neochladí-li se mléko ihned po dojení, rozmnožují se v něm bakterie s ohromnou rychlostí. Zkouškami se zjistilo, že mléko, které hned po dojení obsahovalo v jednom *ccm* 9000 bakterií, při 15° C obsahovalo

o 1 hod. později	32.000
o 4 „ „	40.000
o 7 „ „	60.000

o 9 hod. později 120.000
o 25 „ „ 5,000.000

Počet tento se může za 2 až 4 hodiny rozmnožiti i do sta milionů, je-li mléko znečištěné neb nesprávně uschované. Nejlepší živnou půdou pro bakterie jest vlažné mléko, a proto ihned po svaření se má mléko rychle ochladiti. Vařením ztrácí mléko na své hodnotě. Již při 50—60° C se sráží z mléka lactalbumin (bílkoviny). Tímto srážením vznikne škraloup, obsahující mimo sražené bílkoviny také minerální soli, hlavně soli vápníkové. Vařením se však porušují i některé vitaminy.

Aby se zabránilo zkáze mléka, začalo se mléko sterilisovati a později pasterisovati (viz Výživa kojenců).

Ale mléko se kazí nejenom teplem, nýbrž i světlem a proto nutno uschovati mléko přikryté a v chladné místnosti.

Mléko sbírané následkem ztráty tuku ztrácí mnoho na své výživnosti. Obsahuje též velmi málo vitaminů.

Podmáslí se rovná svou výživností mléku sbíranému, chutná však lépe.

Syrovátka, tekutina zbylá po lisování tvarohu, obsahuje mléčný albumin; hlavní její součástkou jest mléčný cukr, jehož část přechází kvašením v kyselinu mléčnou. Všechny tyto mléčné produkty nejsou bezcenné pro výživu, jelikož chovají v sobě dostatek cukru, bílkovin a minerálních solí. Různé sílící prostředky, jako Sanatogen, Nutrosa a jiné, se vlastně vyrábějí právě z odstředěného mléka. Též velmi drahé přípravky pro kojence se vyrábějí z podmáslí.

Při kysání mléka vlivem zvláštních kvasinek a bakterií přechází asi ¼ mléčného cukru v kyselinu mléčnou. Přitom se mléko sráží a tvoří z něho kyselé mléko. Takovým způsobem lze i získati z čerstvého mléka za použití zvláštních kvasinek různé druhy mléčných produktů, jako je jogurt, kefír a kumis. Tento poslední se získává z koňského mléka, chutná příjemně kysele a obsahuje něco alkoholu. Vyrábí se hlavně na Urale a v centrální Asii.

Všechny tyto druhy kyselého mléka kromě své osvěžující chuti mají i léčebný význam proto, že jednak omezují rozvoj hnilobných bakterií ve střevě a jednak podporují trávení při nedostatku kyseliny solné v žaludku. Při velkých ztrátách vody a soli (pocením) z těla se též mnohem lépe snáší mléko kyselé nežli sladké. Proto jest to tak oblíbený nápoj v letních vedrech.

Smetana obsahuje kolem 10% tuku, šlehačka až 25% tuku. Díky tomuto obsahu tuku jest smetana velmi výživná. Obsahuje též vzrůstový vitamin A a mnoho vápníku.

K mléčným výrobkům náleží tvaroh a sýry. Tyto patří k nejvýživnějším a nejhutnějším potravinám. Tvaroh měkký obsahuje stejně tolik bílkovin jako maso, tvaroh dobře vylisovaný až dvakrát tolik. Svou biologickou hodnotou vyniká nad masem a neobsahuje purinové látky. Tučné sýry jsou bohatým zdrojem vitaminu A a velmi důležité ve výživě dětí. Sýry obsahují hojně vápníku, tvaroh mimo to i železo, též sodík a fosfor jest v nich dostatečně obsažen. Sýry mají méně vody, méně bílkovin, ale více tuku. Příznačná chuť sýrů po-

chází z kyseliny mléčné, která se tvoří působením bakterií z mléčného cukru.

Potravní tuky a oleje.

Tuky, jichž používáme, jsou původu jak živočišného (máslo, sádlo, lůj, rybí tuk), tak i rostlinného (olej olivový, ze semene slunečnic, z burských oříšků, řepkový, makový, sesamový, kokosové máslo). Též používáme tuků umělých, jako margarinů a podobných, známých pod různými jinými názvy. Margariny se vyrábějí ze směsí živočišných tuků, a to z loje a kokosových a jiných olejů. Za účelem konservování přidává se do margarinu kuchyňská sůl a kyselina benzoová. Vody obsahuje margarin asi 16 %. Kdežto všechny ostatní tuky mají jen stopy vody, jsou máslo a margarin směsí vody a tuku.

Tuky jsou hlavními dodavateli tepelné energie a nesmírně důležité v naší výživě. Ze všech tuků vyniká nejvíce máslo svou biologickou hodnotou, obzvláště máslo jarní, kdy se totiž krávy pasou na pastvinách venku. Máslo jest zdrojem všech vitaminů. Za účelem toho, aby nevyprchal vitamin A, který jest citlivý na okysličení, má býti máslo chováno přikryté. Stravitelnost tuků závisí na jejich hutnosti. Čím jsou měkčí, tím jsou stravitelnější. Lůj a sádlo jsou tíže stravitelné, nežli máslo a olej. Máslo, jež jest lehce stravitelné syrové, stává se těžce stravitelným v pečivu. Vlivem horka totiž nastávají různé chemické změny, které mění jeho stravitelnost.

Tuky umělé nemají biologické hodnoty másla, ale jsou výživné a pro kuchyňskou úpravu jídel dobré a vydatné.

Kalorické hodnoty různých tuků.

Ve 100 *g*	bílkovin	tuku	uhlovodanu	vody	kalorií
máslo	0·7	84·5	0·5	14·8	785
převařené máslo	0·02	99·5	0·0	0·3	925
vyškvařené sádlo	0·0	99·5	0·0	0·3	995
lůj	0·5	98·2	0·0	0·5	920
rybí tuk	0·02	99·5	0·0	0·2	926
margarin	0·5	83·0	0·5	15·0	776
kokosové máslo	0·7	85·9	0·6	10·1	804
olivový olej	0·0	99·5	0·1	0·3	920
slanina	9·0	78·8	0·0	10·2	770

Jak vidno z tabulky, jsou lůj a sádlo kaloricky vydatnější nežli čerstvé máslo, avšak máslo převařené se rovná svou kalorickou hodnotou loji i sádlu.

Máslo vykazuje reakci kyselou, ale značný obsah sodíku v něm zmenšuje kyselou povahu. Svým obsahem vitaminů jest nezbytnou složkou výživy dětí a jest tedy pro děti mnohem zdravější chléb s máslem nežli s kterýmkoliv jiným tukem.

Vejce.

Vejce, a to hlavně žloutek, obsahuje veškeré výživné látky, zvláště vysoce hodnotné bílkoviny, tuk, minerální látky, kromě toho

cholesterin, fosfatidy a lecitin. Též velmi důležité vitaminy, zvláště vzrůstový a protikřivičný. Vejce jest kyselinotvorné. Průměrná váha jednoho vejce jest 50 *g*. Porovnáváme-li kalorickou hodnotu jednoho slepičího vejce s jinými potravinami, které obsahují bílkoviny a tuk, odpovídá asi 45 *g* prostředně tučného masa. Zužitkovatelných bílkovin a tuků obsahuje asi tolik, co 200 *g* mléka. Z toho jest patrno, že vejce poskytují velikou výživu, ale poměrně drahou. Převážná výživa vejci by však nebyla pro svou drahotu výhodná a též pro svůj obsah dráždivých látek (lecitin, cholesterin) a pro převahu kyselin. V omezeném množství jsou však vhodným pokrmem pro děti pro svůj obsah protikřivičných a vzrůstových vitaminů a minerálních látek. Jsou však nepostradatelnou součástí různých jídel. Přidáním vajec zvyšujeme i výživnost jednotlivých pokrmů.

Potraviny původu rostlinného.

Potraviny rostlinné vynikají svým vysokým obsahem uhlovodanů (škrob, cukr) a malým obsahem bílkovin a tuků. Výjimku zde činí ořechy, luštěniny, sojové boby. Vzhledem ke značnému obsahu celulosy jest jejich zužitkovatelnost malá.

Obilniny.

Hlavními dodavateli mouky, tak důležité v naší výživě, jsou obilniny. Obilné zrno se skládá z povrchové vrstvy celulosové, skoro nestravitelné, z lepkové neb aleuronové vrstvy, bohaté na bílkoviny, z moučného zrna a z klíčku. Tyto vrstvy jsou v obalu z nestravitelné celulosy a aby se staly stravitelnými, odstraňuje se celulosa mletím. Mletím se odstraňují jak obaly plodní, tak i obaly semenní, pod nimiž leží lepková vrstva, v které jsou uloženy zvláštní bílkoviny, tuk a lipoidy. Rozmělněním zrna odchází velká část výživných látek do otrub. Kromě části lepkové vrstvy se odstraní i klíček, jenž po stránce biologické jest nejdůležitější částí zrna, obsahuje vitaminy, minerální soli a tuky. Odstraněním klíčků jest však nutné z toho důvodu, že by mouka bez jejich odstranění se kazila, žlukla. Největší částí zrna jest jádro, stěny jeho obalu jsou tenčí a přístupné trávení žaludečními šťávami. Obsahuje hlavně směs škrobu a bílkoviny. Podle stupně vymletí rozeznáváme mouky černé a bílé. Mouka bílá jest lépe zužitkovatelná, obsahuje více škrobu. Černá mouka zase obsahuje více celulosy a povrchových vrstev, jest hodnotnější, má více vitaminů, bílkovin a nerostných látek, a ač se tělem méně zužitkuje nežli mouka bílá, přináší mu více užitku. Minerální látky v obilninách obsažené jsou převážně povahy kyselé. Bílkoviny obilnin jsou považovány za plnohodnotné, ale hodnotu tuto dosahují teprve přidáním nepatrného množství bílkovin živočišných (vejce, mléko, maso). Bílkoviny mouky žitné, ječmenné i z více druhů obilnin jsou schopné udržeti v těle dospělého člověka dusíkovou rovnováhu. Protikurdějový vitamin se tvoří hlavně při klíčení, jest tedy obsažen v klíčku. Jak co do výživnosti, tak i biologické hodnoty musíme dáti přednost černému chlebu. Svou zvláštní příjemnou chutí působí silně

na vyměšování slin a chuťových šťáv, čímž se dociluje lepšího proplachování zubů neutralisací kyseliny v dutině ústní, čímž se též chrání zuby. Černý chléb též nasytí více nežli chléb bílý. Nesnášejí ho však lidé s citlivým zažívacím ústrojím a lidé trpící plynatostí. Černý chléb se též doporučuje jako dobrý prostředek proti zácpě, jelikož svým vysokým obsahem celulosy působí dráždivě na stěny střevní a usnadňuje vypuzení obsahu střevního.

K zhotovení těsta u nás se používá ponejvíce mouka bílá pšeničná a žitná; někdy se přidává mouka ječná. Z mouky ječné, ovesné, hrachové neb bobové nelze zhotoviti vláčné těsto, jelikož neobsahují lepku, jenž těsto spojuje a činí je vláčným. Pouze mouka žitná a pšeničná se hodí k tomuto účelu.

Máme celou řadu pokusných chlebů z celozrnné mouky; tak zv. otrubový chléb Grahamův z pšenice, Simonsův, Schlüterův, Kernmark, tak zv. Finální chléb ze žita. Tyto druhy chleba jsou vyrobeny z tak zv. finální mouky, obsahující celé rozmělněné obilky. Tato mouka obsahuje asi o 50% více bílkovin, minerálních solí a tuků nežli obyčejně mletá mouka. Jiné druhy černého chleba, u nichž byly odstraněny nejhrubší otruby (15—20%), jsou známy jako Pimpernickel, švédský Knackerbrod, neb jako suchary, zhotovené z žitných otrub. Všechny tyto druhy chleba, tak zv. dietní, se prodávají jako delikatesní zboží, jako dietetické speciality a vynikají hlavně vysokou cenou. Chutí se nevyrovnají našemu pravému žitnému chlebu z kvásku upravenému a v peci pozvolna pečenému.

Abychom docílili lepší stravitelnosti jak chleba, tak i jiných moučných pokrmů, musíme těsto před pečením zkypřiti. Za tím účelem smícháme mouku s vodou v těsto. Pečením začíná horkem působiti ferment v mouce obsažený a rozkládá něco škrobu v dextriny a v cukr. Toto zkypření jest však pomalé a slabé. Přidáním kvasnic docílíme dokonalého zkypření těsta zkvašením. Horko působí ještě po nějakou dobu na kvašení, ale pak se horkem kvasinky usmrcují a kvašení ustává. Těsto zkypřené droždím se snadněji tráví, jelikož též kvasinky napomáhají trávení. Při výrobě chleba se místo droždí užívá kvásku, který dodává chlebu zvláštní aromatickou a navinulou chuť a příjemnou vůni. Kromě těchto užívá se též ke kypření kysličník uhličitý (sodovka), různé těstové prášky, dvojuhličitan sodný, rum, arak, tuk (máslové těsto) a potaš.

I jiné výrobky z těsta (makarony, nudle) musí býti dobře vařeny, aby byly stravitelné. Přidáním mléka, vajec neb másla zvyšujeme značně jejich výživnost. Abychom docílili plnohodnotného pokrmu z mouky, jest nutno přidati na 1 *kg* mouky alespoň 4 vejce, čímž dodáváme jak vitaminy, tak i tuky.

Z jiných druhů mouky se u nás málo používá mouky kukuřičné a více ovesné, která slouží jako dietetický pokrm při poruchách zažívacích ústrojů, jako kaše nebo hlenová polévka zvláště při průjmech a překyselení žaludku.

Podobně jako shora jmenované obilniny obsahuje též rýže výživné látky, vitaminy a nerostné soli pouze v klíčku a v otrubách. Tedy pouze neloupaná rýže může býti plnohodnotnou potravou. Jelikož u nás se požívá rýže loupaná, mohla by vyvolati nemoc beri-

beri, kdyby byla požívána v tak velkém množství, jak jest tomu na dálném Východě. Nedostatek vitaminů v rýži se u nás však nahrazuje vitaminy z kvasnic, jež obsahuje chléb. Rýže se dobře zužitkuje a její bílkoviny mají vysokou biologickou hodnotu.

Kukuřice se u nás málo požívá, více na Slovensku. Nemá vysoké biologické hodnoty a též vitaminů obsahuje málo. Požívaná ve velkém množství mohla by vyvolati nemoc zvanou Pellagru, u nás se téměř nevyskytující.

Kromě mouky a jiných produktů se vyrábějí z obilnin ještě škrobové moučky. Tyto obsahují pouze škrob, jsou zbaveny bílkovin, tuků, minerálních látek a vitaminů. U nás nejrozšířenější jest škrob bramborový, pšeničný, rýžový a kukuřičný. Z bramborového škrobu se vyrábí též umělé ságo. Ságo se vyrábí rovněž ze ságové palmy a z tapiokové tapioka, což obojí se k nám dováží. Ságo z bramborového škrobu se téměř úplně rozvařuje, kdežto ságo a tapioka pravá vařením nabobtnávají. Pro jejich slizkost a snadnou stravitelnost je předepisujeme v polévkách nebo nákypech při žaludečních a střevních chorobách.

Luštěniny.

Na rozdíl od obilnin obsahují luštěniny více bílkovin. Hrají důležitou úlohu při výživě širších pracujících vrstev, které v nich mají dobrý a laciný zdroj bílkovin. Tedy požíváním hrachu, čočky, fazolí se část potřebných bílkovin jimi kryje. I zde jsou bílkoviny uzavřeny v těžko přístupných celulosových stěnách jako u obilnin, takže zužitkovatelnost jejich není dokonalá. Kromě toho bílkovina jejich jest biologicky méně hodnotná. Při nesprávné jejich kuchyňské úpravě přichází nazmar až 40 % bílkovin. Pokrmy, připravované z luštěninové mouky, se zužitkují mnohem lépe. Abychom dopomohli k jejich lepšímu zužitkování, namáčíme luštěninu do měkké vody (24 hod.), tím se bobtnající jejich škrobový obal roztrhá; též s výhodou přidáváme trochu užívací sody. Po uvaření je lisujeme. Tím zvýšíme jejich zužitkovatelnost i o 20 až 25 %. Namáčení luštěnin má i ten smysl, že se uvolní pod slupkou uschované vitaminy. Zralé luštěniny obsahují nepatrné množství vitaminu A, více vitaminu B, vitamin C se tvoří při klíčení. Luštěniny obsahují méně uhlovodanů nežli obilniny, ale zato více vápníku a draslíku, čočka dokonce i něco železa. Jsou poněkud chudší na hořčík a kyselinu fosforovou. I zde převládají minerální látky kyselé a teprve přidáním sody a soli se vyrovná poměr mezi kyselými a zásaditými ionty. Kromě té nevýhody, že se špatně zužitkují a jsou těžce stravitelné, jsou též nevýhodné tím, že nabobtnáním přijímají hodně vody, čímž se stávají objemnými, a proto se musí požívati ve velkém množství. Kromě toho u některých vyvolávají plynatost a silné nadýmání. Jelikož neobsahují téměř tuků, musí se při jejich úpravě použíti buď másla nebo mléka zvláště do kaší neb polévek. Na Slovensku se upravují fazole povětšině s kyselým mlékem neb smetanou. Pouze luštěniny, požívané se slupkou, se těžce stráví a zužitkují. Jelikož luštěniny vykazují reakci kyselou, doporučuje se doplňovati je pokrmy reagujícími zásaditě. Doplníme-li správně pokrmy luštěninové a omastíme-li je, učiníme z nich velmi výživnou a vydatnou potravu.

Luštěnina, která se teprve v poslední době počíná pěstovati i u nás, jsou sojové boby. Pěstují se hlavně v Asii (Mandžusko), kde jsou dominujícím národním jídlem. Sojové boby obsahují hojně bílkovin a tuků a poměrně málo uhlovodanů. Jejich bílkoviny považují se za plnohodnotné. Též minerálních látek obsahují sdostatek. Protože obsahují málo uhlovodanů (škrob, cukr), začal se vyráběti s přídavkem sojové mouky chléb pro diabetiky (mouka pšeničná, žitná a 10 % sojové mouky, Rubnerův chléb). Stravitelnost sojové mouky se rovná naší jemné pšeničné, ale výživným obsahem ji značně předčí. Též u nás se začíná tato mouka používati, neboť činí těsto vláčnějším a obohacuje pokrmy hodnotnými bílkovinami a tuky. 100 *g* sojové mouky vydá tolik co 4 vejce.

Některé rostliny, zvláště jejich semena, se vyznačují jak vysokým obsahem bílkovin, tak i značným množstvím tuků, na uhlovodany jsou chudé. K těmto náleží slunečnicová semena, mák, řepka, z nichž se též tlačí olej. Vitaminu vzrůstového A obsahují olejnatá semena velmi málo, již více vitaminu B a pouze stopy vitaminu C.

Zeleniny.

Zeleniny nemají výživnou hodnotu s výjimkou některých řepných druhů, brambor, které jsou v některých krajinách hlavním pramenem výživy. Zelenina následkem svého malého obsahu výživných látek a pro špatnou zužitkovatelnost jest považována za málo výživnou potravu, ale pro svůj obsah zásaditých nerostných látek a vitaminů jest v naší výživě nepostradatelná. Ovšem kuchyňskou úpravou, t. j. přidáním mouky, tuku, vajec a mléka stávají se výživnějšími. Jejich zužitkovatelnost záleží ve značné míře na tom, jak jsou naše ústroje této stravě přizpůsobeny. Lidé, zvyklí na potravu výlučně zeleninovou, ji mnohem více využitkují nežli ti, kteří jsou zvyklí na stravu masitou. Dále závisí jejich zužitkovatelnost na dobrém rozžvýkání, stejně jako u ostatních potravin.

Zeleniny obsahují značné množství vody. Brambory 75 %, chřest, okurky a salát až 95 %. Tím také se vysvětluje značná objemnost zelenin. Bílkovin obsahují zeleniny kořenové méně nežli listy. Kořeny 1—2 %, listy 3—6 %, stejně i luskovité mladé zeleniny (zelený hrášek, zelené nebo žluté lusky fazolové). Vedle hodnotných bílkovin obsahují též železo (zelený hrášek, špenát).

Z listové zeleniny se cení hlavně hlávkový salát a špenát. Hlávkový salát obsahuje mimo hodnotné bílkoviny i železo, vzrůstový vitamin A, vitamin D a C. Špenát rovněž obsahuje železo a důležité vitaminy a kromě toho i zásadité purinové látky. Tyto látky obsahují i cibule a růžičková kapusta. Zelené listy kapusty, zelí, květáku, cibule, celeru obsahují málo bílkovin. Zato květák vykazuje téměř 2 % bílkovin a stejně jako špenát obsahují vitamin C, většina i vitamin B a vitamin A. Uhlovodany jsou v některých zeleninách obsaženy jako škrob (brambory, řepa, mrkev), ale i dextrin a guma jsou ve většině zelenin. Kyselina šťavelová jest obsažena v malém množství ve špenátu, v reveni a v rajských jablíčkách. Zeleniny jsou vesměs bohaté na minerální látky a na rozdíl od obilnin obsahují hojně draslíku. Zásadité ekvivalenty mají převahu nad kyselými. Z minerálních

látek jest velmi důležité železo pro svou krvotvornou vlastnost (zelený hrášek, špenát, cibule, kedlubnové listy, celerová nať). Chlorofylu (barvivo) se rovněž připisuje veliký význam pro jeho blízký vztah k haemoglobinu a ke tvoření krve. Na barvivu karotin hojně obsaženém v mrkvi jest vázán vitamin A. Zeleniny, zvláště syrové, obsahují hojně důležité vitaminy a kromě toho též katalasy a sekretiny, které působí příznivě na vyměšování trávicích šťav. Vařením a dušením se tyto látky ničí, zvláště odstraňuje-li se voda po spaření aneb vaření zelenin. Kořenové zeleniny obsahují málo bílkovin, ale zato hojně škrobu.

Skutečně vedoucí úlohu v naší výživě mají brambory, které vynikají nejen svými hodnotnými výživnými látkami, ale též možností velmi rozmanité úpravy. Z živných látek obsahují hlavně uhlovodany (škrobová mouka 20 %), obsah bílkovin jest poměrně malý, ale jsou to bílkoviny biologicky hodnotné. Vzrůstového vitaminu obsahují pouze stopy, mají dostatek vitaminu B a C, hlavně jsou-li vařeny ve slupkách. Též obsahují něco málo purinových látek, ale více solaninu, jedovaté to látky, která však v malém obsahu není škodlivá. Na jaře, když brambory klíčí, zvětšuje se množství solaninu a může i vyvolati pocit pálení v krku nebo i vážnější poruchy. Protikurdějový vitamin obsažený v bramborách přechází na jaře při klíčení do klíčků, takže k jaru jsou brambory chudší na vitaminy. Zužitkovatelnost brambor jest velmi dobrá, kalorická jejich hodnota veliká, obsahem bílkovin by však nemohly dostačiti, avšak vedle živočišných bílkovin mohou výhodně výživu doplňovati. Celulosa vařených brambor se téměř celá stráví a zužitkuje. Staré brambory, které obsahují méně vody, se kaloricky poněkud hůře zužitkují. Obsah bílkovin zůstává však stejný. Brambory jsou velmi citlivé na zimu, neboť při mrazu 3° C nabývají sladké chuti, která bývá následkem nahromadění cukru, vytvořeného diastasou ze škrobu. Umístěním takových brambor do teplejší místnosti ztratí tyto nasládlou chuť, neboť nahromaděný cukr snadno vyprchává. Jedovatého solaninu zbavujeme brambory pečlivým vykrajováním klíčků, dobrým oškrábáním, vařením ve slané vodě, kterou potom nutno vylíti.

Ke kořenovým zeleninám patří mrkev, kedlubny, celer, petržel, červená řepa, černý kořen, ředkvička a vodnice. Obsahují velmi málo bílkovin (1 %), pouze stopy tuku, škrobu poměrně dosti a vody 80—90 %. Téměř všechny obsahují zásadité minerální látky a vitaminy. Zvláště mrkev se vyznačuje obsahem vzrůstového vitaminu. V zimě, kdy je nedostatek čerstvé zeleniny, hlavně listové, doporučuje se dávati dětem syrovou mrkev aneb šťávu z ní vytlačenou. Červená řepa, černý kořen a celer jsou rovněž dobrými dodavateli vitaminů a zásaditých minerálních látek. Ředkvičky máme nyní téměř po celý rok. Požíváme je sice více jako podnětové potravy povzbuzující vyměšování trávicích šťáv, ale jsou velmi důležité obsahem vitaminů a minerálních solí, obzvláště vápníku. U černého kořene jsou uhlovodany zastoupeny inulinem, stejně je tomu tak u topinamburu (zelenina podobná chutí bramborám), pročež se tyto zeleniny hodí výborně pro diabetiky. Cibule, česnek, pór se užívají u nás hlavně jako kořenná přísada. U orientálců slouží za syrova požívaná cibule

a česnek jako ochrana proti epidemickým nemocem, které se tam často vyskytují (cholera, tyfus). Tyto zeleniny působí na silné vyměšování trávicích šťáv, na jejich koncentraci a silné vylévání žaludeční šťávy i pankreatické, které usmrcují bakterie polknuté s potravou. Jak česnek, tak i cibule, požívané v omezeném množství, jsou velmi užitečné pro svůj obsah vitaminů a nerostných látek.

Květák, zelí bílé a červené, kapusta, kedlubny, růžičková kapusta obsahují hojně vitaminů, vykazují převahu zásaditou a jsou bohaté obsahem nerostných látek (vápník, hořčík, draslík). Kromě květáku máme tyto zeleniny po celou zimu. Květák má hojně vápníku, kedlubny i železa a kromě toho mají tu výhodu, že se mohou požívati za syrova. Rovněž zelí bílé a zvláště červené i kyselé se mohou požívati za syrova, první jako saláty, zelí kyselé i bez zvláštní úpravy; poslední též skýtá výborný pramen vitaminu C a železa. Bílé zelí má značný obsah zásaditých minerálních solí. Při kuchyňské úpravě zelí: nespařovati, nevařiti dlouho, pouze dusiti asi čtvrt hodiny s přidáním octa, jelikož v kyselém prostředí se uchová vitamin C. Kyselé zelí nepromývati, tím se znehodnocuje a zbavuje minerálních solí. I kapusta je velmi hodnotnou zeleninou a spařováním a dlouhým vařením se znehodnocuje. Nevýhodou těchto zelenin jest to, že působí nadýmání a dlužno proto dbáti o jejich dobrou kuchyňskou úpravu. Rozmělněním, dušením se značná část celulosy stává stravitelnější.

Při úpravě syrových salátů nutno dbáti o to, aby se příliš dlouho nemáčely. Nejlépe je promývati je pod otevřeným kohoutkem vodovodu.

U zelenin, jako jsou brambory, se nalézají veškeré hodnotné látky, vitaminy a minerální soli těsně pod slupkou na povrchu, a proto nutno opatrně je promývati. Při vaření neb dušení zelenin doporučuje se přidati velmi málo vody. Tím obsah zelenin nepřichází nazmar a zůstává také zachována přirozená zvláštní chuť zeleniny.

Rajská jablíčka jsou nyní velmi rozšířenou a oblíbenou potravinou. Obsahují důležitý vzrůstový vitamin A a vitamin C. Tento poslední se ani vařením neničí. Mimo to obsahují něco málo kyseliny šťavelové, fosfatidy, fosfor, cukr ovocný (2 %), kyselinu citronovou, důležité barvivo lykopin, na které jsou vázány vitaminy, a kyselinu jablečnou. Též obsahují nerostné látky (hořčík, draslík, sodík, železo a vápník). Vykazují převahu zásad. Rajská jablíčka se mohou jísti syrová a též spolu s jinými zeleninami. Jsou velmi laciným dodavatelem vitaminů a nerostných látek a nejsou u nás dosti oceněna. Zvlášť pro děti je lze vřele doporučiti. Rajským jablíčkům se mnozí vyhýbají proto, že před několika lety proběhla v novinách zpráva, že podporují vznik rakoviny. Mohu jen podotknouti, že doposud nikým nebylo vědecky dokázáno, že by toto nebezpečí v sobě chovala. V krajích, kde se rajská jablíčka pěstují, upravují se z nich nejrůznější jídla dohromady s lilkem a zelenou paprikou.

Zelená paprika patří k velmi hodnotným zeleninám obsahem vitaminů a zásaditých minerálních látek. Nově získaný vitamin C protikurdějový byl právě z papriky isolován (kyselina ascorbinová).

Lilek se svou biologickou hodnotou nemůže vyrovnati ani rajským jablíčkům ani paprice, též nemůže býti požíván za syrova.

Kromě toho obsahuje též něco jedovatých látek, které pečením neb smažením mizejí.

Okurky, tykve a melouny patří k nejvodnatějším zeleninám. Z tykve slouží k jídlu její dužina, obsahující 6 až 16 % celkové váhy. Z jader se vyrábí olej. Dužina v okurkách obsahuje asi 6 % cukru, malé okurky poměrně méně. Jelikož na obsahu cukru závisí kvašení při nakládání okurek, volí se pro ten účel okurky velké. Malé obsahují kromě toho více dusíku. Okurky však nenáležejí k zeleninám hodnotným, obsahují sice i zásadité minerální látky a hojně vápníku a ač jsou považovány za těžce stravitelné, není tomu tak ve skutečnosti. Pouze nesprávnou úpravou se stávají těžce stravitelnými a zároveň ztrácejí velkou část minerálních látek (pocením). Mnohem lépe se snášejí okurky kvašené a jsou též zdravější nežli okurky v octu nakládané. Upravuje-li se okurkový salát s kyselou smetanou, stávají se okurky i výživnými.

Z tykví se připravuje t. zv. tykvové zelí s kyselou smetanou. Též zavařenina.

Chřest nepatří k výživným zeleninám. Obsahuje 95 % vody a kolem 2 % dusíku a asparaginu, který mu propůjčuje jeho aromatickou chuť. Obsah vitaminů není doposud známý, zásaditých minerálních látek obsahuje málo, více síry a fosforu. Chřest a růžičková kapusta náležejí ke kyselinotvorným potravinám. Jako lehce stravitelná zelenina hodí se jako předkrm, nikoliv jako hlavní pokrm.

Na tomto místě se nechci zmiňovati o zeleninách cizokrajných, u nás vzácných a drahých, neboť máme dostatek zelenin domácích, postačujících plně k naší výživě.

Houby.

Svým složením čerstvé houby se podobají zeleninám. Zužitkování hub jest velmi špatné a podle Rubnera požívané houby ve větších kusech vykazují ztráty až 65 %.

Obsahují 85—90 % vody, sušené houby pak chovají až 40 % bílkovin, značné množství nerostných látek, hlavně draslíku, což ukazuje na to, že reagují převážně zásaditě. Kuchyňskou úpravou hub můžeme docíliti větší zužitkovatelnosti jejich bílkovin, vaříme-li je totiž v měkké vodě. V naší výživě hrají houby roli hlavně pochutin, nikdy však je nemůžeme považovati za hodnotný pokrm.

Význam ovoce ve výživě.

Ač jsme se již několikráte zmínili o významu ovoce v naší výživě, zdůrazníme zde ještě, proč si tolik ovoce vážíme. Jeho význam spočívá jak v jeho lahodné, aromatické chuti, kterou mu půjčují aromatické látky v něm obsažené, v jeho dobrém vlivu na trávení a podporování vyměšování šťáv žaludečních (z tohoto důvodu v některých zemích požívají ovoce před jídlem), tak i jeho obsahem ovocných kyselin (jablečná, citronová, pomerančová) a obsahem cukru (hroznový a ovocný), který velmi příznivě působí na trávení. Svým obsahem zásaditých minerálních látek a vitaminů působí podobně jako zeleniny.

Ovoce obsahuje hodně vody, bílkovin málo a pouze stopy cukru. Výjimku zde činí ořechy a mandle, které mají hojnost tuku a bílkovin.

Uhlovodany jsou ve zralém ovoci zastoupeny hlavně cukry, v nezralém škroby, jichž dozráváním ubývá. Stálou součástí ovoce jsou pektiny, ale v nepatrném množství. Kyseliny ovocné jsou různé. U jádrového a peckatého ovoce převládá kyselina jablečná, bobulovité plody obsahují kyselinu jablečnou a citronovou (hrozny, rybíz, angrešt, brusinky, borůvky, maliny, ostružiny). Hrozny nezralé obsahují mimo to ještě kyselinu vinnou. Citrony, pomeranče a ananas mají hlavně kyselinu citronovou. Ve všech druzích ovoce nacházíme třísloviny, též nacházíme v ovoci stopy kyseliny salicylové. Brusinky obsahují též kyselinu benzoovou, která se též nachází v rajských jablíčkách. V malinách jest též trochu kyseliny mravenčí.

Minerální soli jsou v ovoci zastoupeny draslíkem, nacházejícím se hlavně v dužině. Jádra obsahují kyselinu fosforovou a vápník. Podobně jako zelenina vykazuje, s výjimkou brusinek, ovoce převahu zásad. Dužina ovoce obsahuje kromě cukru a kyselin též vitaminy. Slupky se vyznačují větším obsahem celulosy, mimo to obsahují pentosan a kutin. Nejvíce bílkovin a tuků jest v jádrech.

Ovoce nechová v sobě velkou výživnou hodnotu. Jako zdroj energie přichází v úvahu toliko u dětí, a to svým obsahem cukru. Jest lehce stravitelné. Cukr, v něm obsažený, jest jednoduchý, rychle se vstřebává. Dospělý člověk by se nemohl ovocem vyživiti, neboť uhlovodany téměř neobsahuje a cukr, nacházející se v ovoci, by nepostačil hraditi delší dobu výdaje pohybové a tepelné.

Výborně se ovoce osvědčuje při různých dietních předpisech, zvláště při vodnatelnosti, kdy příjem vody se musí omeziti nebo vůbec zakázati z důvodu porušení vyměšování vody z těla. Rovněž velmi se osvědčuje při zeleninové dietě a při odtučňovacích kurách.

Celulosa, nacházející se v ovoci, působí proti zácpě stejně jako zeleniny. Při průjmech se zase osvědčují ty druhy, které obsahují tříslovinu (borůvky).

Zvláště si však ceníme ovoce pro jeho stálý obsah vitaminů. Vitamin C se nachází téměř ve všech druzích ovoce, některé druhy obsahují též vitamin A a vitamin B. Nejvíce vitaminu C obsahují pomeranče a citrony, méně již banány, třešně, jablka, švestky. Jahody jsou bohaty vitaminem C, rovněž i maliny, které též obsahují vitamin A. Po požití jahod se často, zvláště u dětí, objeví kopřivka; bývá to působením kyseliny šťavelové, nacházející se v jahodách. Aby se tomu předešlo a snad již z dávno nabytých zkušeností podávají se jahody buď s mlékem a cukrem, neb s cukrem a sladkou smetanou, jejichž značný obsah vápníku neutralisuje tuto kyselinu a potlačuje její škodlivý účinek.

Ač doporučujeme dětem veškeré druhy ovoce, musíme přece býti opatrni s těmi druhy, které obsahují kyselinu šťavelovou (rybíz, angrešt a jahody, zvláště nezralé). Velmi doporučujeme jak pro dospělé, tak i pro děti vinné hrozny, které sice nevynikají bohatým obsahem vitaminů, ale obsahují hojně jednoduchých cukrů, lehce stravitelných, čímž se stávají výživnými a působí též blahodárně na trávení. Též tou vlastností, že povzbuzují chuť k jídlu, se doporučují pro lidi trpící podvýživou. Hrozny se používají při dietách odtučňovacích, ztučňovacích a při chorobách výměny látek.

Před jídlem nutno ovoce dobře umýti, poněvadž bývá velmi znečištěno a mohlo by se státi zdrojem nákaz. Toto znečištění vznikne při dopravě ovoce, na ovocných trzích a též desinfekčními látkami, které se na ně stříkají jako ochrana proti hmyzu.

Z kaloricky hodnotných plodů vynikají ořechy lískové, vlašské, mandle, datle a fíky. Oříšky a mandle obsahují hojně tuků a bílkovin, lískové oříšky kromě toho i železo. Jak vlašské, tak i lískové ořechy vykazují reakci kyselou, mají vysokou hodnotu výživnou, obsahují málo celulosy. Tato se nachází pouze v tenkém, kožnatém obalu jádra. Jádro jest prosto celulosy.

Kaštany a banány obsahují více škrobu, zvláště nezralé. Dozráváním nabývají cukru. Banánová moučka není obzvlášť výživná a též vitaminů i železa chová velmi málo.

Zavařováním a konservováním všech druhů ovoce se poškozují vitaminy. Sušením nabude ovoce značné výživnosti, neboť se tím odstraní voda. Stoupá v něm obsah uhlovodanů a minerálních látek, čímž se stává hodnotnějším. Sušené ovoce jest jak pro dospělé, tak i pro děti výborným pokrmem. Zvláště se doporučují hrozinky, fíky, datle, švestky.

Při požívání určitých druhů ovoce (třešně, švestky) se nedoporučuje píti vodu, což může často vyvolati průjmy a ještě i větší obtíže. Příčinou toho jest ta okolnost, že vlivem vody ovoce v žaludku a ve střevech podléhá silnému kvašení, ovoce do značné míry nabobtná, vyvine se větší množství plynů, což může způsobiti veliké obtíže žaludeční a střevní. U jiných druhů ovoce, které nebobtnají, se může voda píti, aniž by nastaly podobné obtíže.

Uvážíme-li velikou a blahodárnou působnost ovoce v naší výživě, můžeme si jen přáti, aby se mu věnovala pozornost co největší.

Cukr.

Důležitou součástí naší výživy jest též cukr. Jest chemicky čistou živinou, obsahuje téměř 100% sacharosy, t. j. řepného cukru. Z jiných druhů cukru jsou v naší výživě zastoupeny cukr mléčný (laktosa), cukr sladový (maltosa), cukr hroznový (glukosa) a ovocný (fruktosa). Cukr jest velmi výživný; 100 *g* cukru dává 400 čistých kalorií. Jest velmi lehce stravitelný, celý se vstřebává. Jest neutrální, což značí, že kromě cukru nejsou v něm obsaženy žádné jiné výživné látky. Velmi se hodí zvláště pro lidi těžce svalově pracující, neboť jest přímo prostředkem svaly sílícím. Cukr mléčný působí lehce projímavě.

Med.

Med obsahuje cukr hroznový (glukosu) a ovocný (fruktosu), tedy jednoduché cukry. Kromě toho něco bílkovin, minerálních a aromatických látek. Vody obsahuje asi 20%. Jest vysoce výživný a lehce stravitelný. Tato lehká stravitelnost se vysvětluje jeho obsahem fermentu. Pro tuto vlastnost lehce stravitelného a trávení podporujícího pokrmu se doporučuje med v případech špatné výživy a trávení dětí i dospělých.

Též kojencům, trpícím poruchou trávení, se s úspěchem, ovšem v malém množství, podává med.

Umělá sladidla.

Jsou to: Sacharin, dulcin nebo sucrol, glucin.

Sacharin čistý jest 550krát sladší nežli cukr. Jeho denní dávky nesmí býti vyšší nežli 0·08 až 0·16 *g* pro diabetiky a otylé. Větší dávky mohou vyvolati poruchu zažívání. Až 80 % požitého sacharinu se vylučuje močí.

Dulcin nebo sukrol jest 400krát sladší cukru. Nemá onu nepříjemnou příchuť jako sacharin. Pouze malé dávky jsou však neškodné, větší mohou působiti jako jed.

Glucin jest 300krát sladší cukru, jeho neškodnost však není dosud dokázána.

Nezmiňuji se zde o ostatních umělých sladidlech, jejichž hodnota sladkosti jest poměrně nepatrná a která též působí škodlivě na trávení a zažívání.

Výživa kojenců.

Anatomické a fysiologické zvláštnosti zažívacích ústrojů dětského organismu (nepatrné tvoření fermentu, velmi živá reflektorní dráždivost zažívacích ústrojů, velká potřeba výživy porovnáním s tělesnou vahou atd.) vyžadují, aby výživě kojenců se věnovala zvláště velká péče a pozornost a aby se děla za zvláště příznivých podmínek, má-li trávení a vstřebávání probíhati bez poruch.

Samozřejmě, že nejlepší výživu kojenci skýtá mléko mateřské a proto jest nutno každé matce důtklivě klásti na srdce, aby této povinnosti nezanedbala a aby se všemožně snažila kojiti své dítě. Úmrtnost kojenců v zemích, kde matky s malými výjimkami kojí své děti samy, jest nepatrná v porovnání se zeměmi, kde převládá umělé živení. Při kojení mlékem mateřským jsou velké výhody jak pro dítě, tak i pro kojící matku. Dítě kojené nejen že má větší váhu tělesnou, ale stává se odolnější proti nakažlivým chorobám, zvláště proti takovým, které matka sama prodělala, protože mléko mateřské obsahuje pak ochranné látky proti těmto nemocem, což neskýtá kojenci mléko kravské. Pro matku samotnou kojení skýtá různé výhody. Jest přece mnohem snazší a méně unavující kojiti dítě, než připravovati pečlivě umělou výživu pro kojence. A velmi často se stává, že určitý druh výživy umělé nevyhovuje, dítě ji nesnáší, neprospívá při ní dobře, musí se pak hledati pomoc ve výživě jiné. Co starostí, práce a peněz to stojí! Tedy i se stanoviska hospodářského jest kojení nejen nejlacinější, ale i nejdokonalejší výživou. Další výhodou pro kojící matku jest, že ssáním dítěte nastává rychlejší návrat rodidel do původního stavu. I u žen slabších se lepší kojením celkový stav výživy a není jistě výmyslem, že matka více lpí na dítěti, které sama kojila, než na uměle živeném. Absolutní neschopnost ke kojení u žen z anatomických příčin se vyskytuje jen v málo případech, zvláště alespoň na začátku, v prvních týdnech po porodu, v době nejchoulostivější pro kojence. Pravda, vyskytují se i případy málo vydatných prsů, nevhodných tvarů bradavic, které znesnadňují kojenci ssání, takže při nejlepší vůli nelze docíliti dostatečného množství výživy

pro kojence. Nikdy se však nesmí opovrhovati i tím malým množstvím mléka, které prsa produkují. V takových zvláštních případech hraje nemalou úlohu vůle matky, kterou by se mohly překonati určité nesnáze při kojení. I v takových případech se podaří z 60 až 90% docíliti schopnosti kojení alespoň na dobu 5 až 6 týdnů.

Kdy a v jakých případech jest kojení zakázáno.

Uznáváme-li absolutní nutnost kojení a všechny výhody pro matku a dítě z toho plynoucí, musíme si uvědomiti, za jakých okolností by bylo kojení v neprospěch, ba i nebezpečné jak pro matku, tak i pro dítě. Větším dílem nebývá to nemoc matčina, ale celkový její stav, který nedovoluje kojení. Ať se již jedná o nemoc srdeční, cév, dýchacích orgánů, systému nervového, zažívacích ústrojů atd., kojení jest zapověděti jen v případech, ohrožuje-li nemoc matčina život aneb zhoršuje-li se kojením celkový stav matčin. Čmýra není důvodem ku přerušení kojení. Žena kojící musí býti dobře živena. K tomu postačí normální smíšená strava, na kterou byla zvyklá. Musí se však vzíti zřetel na to, že asi 1 litr odssátého mléka (765 kalorií musí být nahrazen stejným množstvím mléka. Hodnota a množství mléka nezávisí mnoho na výživě, pokud tato jest dostatečná. Překrmení matky nezlepšuje složení mléka, ani podvýživa, je-li přechodného rázu, nezhoršuje ani složení, ani množství mléka. Je-li kojící matka nucena užívati léky a jsou-li to obvyklé, normální dávky, nemusí přerušovati kojení (porada s lékařem však v takových případech je nutná), jelikož dávky léku, které se v mléce objevují, jsou tak nepatrné, že nemohou uškoditi kojenci. Opatrnost jest nutná při užívání jodu, arsenu a podobných léků, zvláště jsou-li to větší dávky; v takových případech rozhoduje lékař. V zájmu dítěte se nedoporučuje kojení matkou, trpí-li tato otevřenou tuberkulosou, ne proto, že by mlékem se přenesla nákaza na dítě, ale spíše proto, že delší a těsný pobyt dítěte u matky, šířící kolem sebe tuberkulosní bacily, by mohl způsobiti nákazu dítěte. Běžné infekční nemoce, jako rýma, chřipka, angina, prudký zánět průdušek, nejsou kontraindikací (závadou) pro kojení. V takových případech nutno dbáti čistoty rukou, hustý závoj na ústech a nose kojící úplně postačí, aby byl kojenec ochráněn před nákazou.

Správně živený kojenec dostává prs v dosti pravidelných přestávkách, které obvykle dítě vyplňuje spaním, aneb spaním je prodlužuje. Kdežto v prvních 4 až 5 dnech dítě se kojí 4 až 5krát během 12 hodin, pátým dnem počínajíc dostává 6 až 7krát ve tříhodinových přestávkách za 24 hodin. U dítěte kojeného se doporučuje dodržovati tyto tříhodinové přestávky, a v noci 6 až 8 hodin. Dávky vypitého mléka nejsou vždy stejné, ale přece dítě kojené musí vypíti během dne přibližně:

V 1. týdnu asi	290 *g*
„ 5. „ „	680 „
„ 9. „ „	800 „
„ 13. „ „	850 „
„ 17. „ „	900 „

v 21. týdnu asi . . . . 950 *g*
„ 25. „ „ . . . . 1000 „

Podávání slazeného čaje mezi pitím jest úplně zbytečné. I na zachovávání přesné tříhodinové přestávky nemusí býti pedanticky trváno, vše závisí na množství vypitého mléka a na tom, jak dítě prospívá. Nejlépe přesvědčí váha jak co do množství vypitého mléka, tak i co do tělesné váhy dítěte (vážení před a po kojení jest dobrým pomocníkem a ukazovatelem). Nedoporučuje se buditi dítě, i když předrželo dobu kojení, pouze večer (k 10. hod.) nutno vzbuditi dítě, aby se napilo, jelikož to má býti poslední večerní kojení. Celkem má dítě píti tak dlouho, až se nasytí, což u prsu bohatě naplněného trvá asi 10—20 minut. V prvních pěti minutách dítě obvykle vypije $^2/_3$ své dávky, další třetinu v následujících pěti minutách. Po pití jest dobře dítě opatrně zvednouti a držeti tak, aby vzduch spolknutý při pití, který napíná žaludek, vyšel ven. Vypité množství kolísá podle potřeby kojence a vydatnosti prsu. Nejvíce pije dítě obvykle ráno, má hlad po noční přestávce, prsy jsou hodně naplněny a mléko snadněji teče. K polední a odpolední době mléka poněkud ubývá, aby zase k večeru množství stouplo. V zájmu dobré sekrece prsu nutno dbáti, aby prs se důkladně vyprázdnil. Má se dávati píti vždy pouze z jednoho prsu. Čím delší přestávka, tím zdravější pro dítě a tím hojnější je produkce mléka v prsech. Denní množství mléka při kojení stoupá pouze do 6.—8. týdne, po dobu dalšího kojení zůstává pak na stejné výši, stejně jako se nemění již chemické složení mléka. Denní množství mléka kojencem vypitého nebývá stejné a někdy činí rozdíl až 300 *g*, z čeho soudíme, že denní potřeba výživy u kojence není stejná. Tento zjev zase mluví pro nepřirozenost umělé výživy s jejími přesnými denními dávkami potravy. Nerušený vzrůst a pravidelné přibírání váhy mluví nejlépe o dobrém výsledku kojení, ale vedle toho se nikdy nesmí opomíjeti věnovati pozornost dobrému celkovému stavu dítěte.

Týdenní přibývání na váze má činiti v prvých dvou měsících 200 *g*, ve třetím až pátém měsíci 150—130 *g*, v šestém až devátém 140—100 *g*, v 10.—12. měsíci 100—80 *g*. Málokdy pozorujeme tak pravidelně stoupající křivky váhy kojence, vždy bývají malé odchylky. Nepřibývá-li dítě některou dobu na váze, musí se pátrati po příčině toho a musí se tomu odpomoci. Počínaje třetím měsícem se doporučuje dávati kojenci v malých dávkách ovocné šťávy ze syrového ovoce (jablečné, citronové, z rajských jablíček), čímž dodáváme stravě kojence jak minerálních látek, tak i důležitých vitaminů. I když dítě bezvadně prospívá při kojení, doporučuje se šestým měsícem počínaje začíti s přikrmováním. Především jsou to hovězí polévka nebo polévka z hovězích a telecích kostí, z počátku jen prázdná, bez zavářky, později ponenáhlu se zavařenou krupicí a ovesnou moučkou. Koncem prvního roku může býti polévka se zavářkou moučných výrobků (houska, nudle, strouhanka). Znenáhla se jedno kojení může nahraditi krupičnou kaší, dušenou protlačenou zeleninou aneb jemnou bramborovou kaší. Kromě ovocných šťáv strouhané jablko nebo strouhaný banán. Též se může přidati do polévky půl žloutku,

později i celý žloutek, do zeleninové polévky se může přidati protlak z nevařené zeleniny. Postupně se ubírá potrava mléčná a přidává se hutnější strava. Odstavování se má díti pozvolna asi ve 14denních přestávkách, ke konci osmého anebo devátého měsíce se dítě úplně odstaví. Při podávání jiné potravy, nežli je mléko mateřské, musíme se řiditi potřebou kojence. I když zavrhujeme překrmení, musíme dbáti o to, abychom dodali patřičnou energii (kalorie), která nesmí klesnouti pod 130 kalorií. Ve výživě, kterou kojenec dostává místo mléka z prsu ve čtvrtém čtvrtletí, musí býti obsaženo alespoň 150 až 200 kalorií. Jedna polévková lžíce mouky, vážící 25 až 30 *g*, obsahuje 100 kalorií, k tomu přidáme 100 až 250 cm^2 kravského mléka o 65—160 kaloriích, čímž se získá potřebný počet kalorií. Prořezáváním zubů jest dán jakýsi signál k tomu, že dítě by již mohlo kousat. Začínáme podáváním piškotů a rohlíků. Nedáváme piškot celý, nýbrž učíme dítě jej okousávati po malých částech. Při odstavování zvykáme ponenáhlu kojence na kravské mléko, při čemž podáváme je z počátku rozředěné na polovici, pak na osminu, až konečně přecházíme k mléku nerozředěnému. Nedoporučuje se přejiti k odstavování, je-li dítě nemocné, rovněž ne v horkých letních měsících, v kteréžto době jest zvýšené nebezpečí střevních katarů.

Umělá výživa.

Není-li možno docíliti kojení, musí se přikročiti k umělé výživě kojence. Až na malé výjimky volí se pro ten účel mléko kravské, jež různými způsoby upravujeme pro výživu. Kravské mléko se však silně liší od mléka mateřského již svým kvantitativním složením.

Ve 100 *g* obsahuje:

	bílkovin	tuku	mléč. cukru	vody
mateřské mléko	1·40 *g*	3·60 *g*	6·70 *g*	88·— *g*
kravské mléko	3·50 „	3·40 „	4·60 „	87·75 „
kozí mléko	3·67 „	3·90 „	4·90 „	87·— „

Mateřské mléko, jak je vidno, obsahuje méně bílkovin a tuku, ale značně více cukru než mléko kravské neb kozí. Tuk v mateřském mléku jest rozptýlen v mnohem jemnější emulsi nežli v mléce kravském. I u bílkovin v mateřském mléce jest rozdíl; jde o bílkoviny stejnorodé (lidské), kdežto u kravského mléka jsou to bílkoviny různorodé (živočišného) původu, což má veliký biologický význam.

Mléko mateřské obsahuje veškeré živné látky: bílkoviny, tuk, mléčný cukr, soli a nejdůležitější vitaminy, jichž rostoucí organism kojence vyžaduje. Z vitaminů jsou to zejména na mléčný tuk vázaný vitamin A vzrůstový, vitamin C, protikřivičný D a vitamin B, kromě toho mléko obsahuje veškeré minerální soli nutné pro vzrůst a vývoj dětského organismu. Z bílkovin, mimo kasein, který jako tvaroh se z mléka sráží, obsahuje mléko mateřské laktalbumin, který je velmi důležitý pro vzrůst mladého těla. Kasein v mléce mateřském se sráží v jemnější vločky než v mléce kravském a rozpouští se snadněji jak ve šťávě žaludeční, tak i ve šťávě alkalické břišní slinné žlázy (pankreas). Kravské mléko obsahuje mnohem více bílkovin než mléko mateřské, ale není radno přiváděti příliš mnoho bílkovin, neboť ne-

jenže nepřinášejí kojenci žádného užitku, ale naopak zatěžují trávicí orgány dítěte, pročež také ředíme kravské mléko pro výživu kojenců. Nejen bílkovin, ale i solí obsahuje kravské mléko více nežli mléko mateřské, zato cukru a tuku méně, kdežto mléko mateřské obsahuje všechny živné látky v takovém poměru, jaký jest nejvhodnější pro výživu kojence. Nedostatek železa (obsahuje jen stopy železa) nehraje velkou roli, jelikož novorozeně má dostatek nastřádaného železa z těla matčina; plod se totiž živí ze živných látek, které přecházejí z krve matčiny skrze stěny cévní do krve plodu a zase odpadové látky plodu přecházejí do krve matčiny a plicemi a ledvinami matky se odstraňují.

Složení mateřského mléka se málo mění po celou dobu kojení; obsah bílkovin zůstává téměř po celou dobu stejný, stoupá poněkud obsah tuku a mléčného cukru. Při umělé výživě kravským mlékem, které rozřeďujeme, abychom zmenšili obsah bílkovin a solí, musí býti naší snahou připraviti směs výživy jak s dostatečným množstvím energie (kalorií), tak i ostatních živných látek, jako vody, bílkovin, tuku, cukru a solí. Za druhé musíme s pokročilým věkem kojence, vzhledem k jeho trávení a asimilaci, přidati na výživě, tak, aby byla hutnější. Třetí podmínkou jest, aby počet pokrmů nebyl větší než 7 za 24 hod., případně jen 6 a později pouze 5, protože kravské mléko se tráví v žaludku déle než mléko mateřské, toto 1½ hod., kravské 3—4 hodiny. A čtvrtou stejně důležitou podmínkou umělého živení jest, aby mléko bylo pečlivě ošetřené, pokud možno nejpřímější cestou získáno od zdravých krav, rychle svařeno a hned nato rychle vychlazeno, jinak, jak ještě později o tom bude řeč, mléko se rychle rozkládá a kazí. Mléko jest výbornou živnou půdou pro bakterie, které se mohou dostati do mléka z mlékovodu, z vemena neb ze vzduchu; bývají to bacily tyfové, úplavice, tuberkulosy a jiné. Aby se zabránilo eventuální nákaze, stačí povařiti mléko 3 minuty a rychle vychladiti. Dříve se hojně praktikovala sterilisace mléka vařením ½ až 1 hodinu při 100° C, a to za tím účelem, aby byly zničeny v mléce choroboplodné zárodky. Nyní se sterilisované mléko pro kojence zcela zavrhuje. Ba sterilisované mléko chová v sobě veliké nebezpečí pro kojence. Sterilisací se ruší některé vitaminy, některé nerostné látky se stanou nerozpustnými, hlavně hořčík a vápník, a také něco bílkovin se sraží spolu s hořčíkem a vápníkem. Sterilisací se mléko znehodnocuje a dítě živené takovým po stránce bakteriologické bezvadným mlékem může snadno ochuravěti (scorbut, Barlova nemoc, těžká podvýživa, chudokrevnost atd.). Z tohoto důvodu se tedy upustilo od sterilisace a přešlo se k pasteurisaci. Tato se provádí dvojím způsobem; buď krátkodobým, při němž se mléko ohřívá 5 minut při 85° C, neb dlouhodobým ohříváním mléka po dobu 30 minut při teplotě 65° C, pak následuje při obou způsobech rychlé ochlazení na 6—10° C. Pasteurisací se ničí sice bakterie, ale nikoliv jejich zárodky, kromě toho se zničí též bakterie podmiňující kysání mléka a proto pasteurisované mléko se nehodí k připravování kyselého mléka. Mléko pasteurisované dlouho nevydrží a proto jest nejlépe je rychle spotřebiti. Pro kojence se zvláště doporučuje mléko pasteurisované krátkodobě. Pomalým a dlouhým ohříváním se snadněji zničí vitaminy. Pasteurisací se sice zničí zá-

rodky bakterií tyfu, tuberkulosy, cholery a úplavice, ale tím, že byla mléku vzata možnost zkysnouti, je dána možnost jiným bakteriím k rozmnožení a takové mléko chová v sobě veliké nebezpečí. Mléku rychle svařenému přísluší největší hodnota, ale volíme-li mezi mlékem sterilisovaným a pasteurisovaným, vždy budeme dávati přednost mléku pasteurisovanému.

Vzhledem k tomu, co jsme již poznamenali, je zřejmo, že mléko určené pro umělou výživu musí býti zředěné, aby se snížil obsah bílkovin, pak ale je nutno přidati tuků a uhlovodanů v takovém poměru, aby výživě kojence se dostalo kalorické hodnoty, která by se rovnala mléku mateřskému. Dříve i nyní se přidávala místo mléka smetana. Existuje spousta hotových směsí, které se prodávají jako drahé speciality; jsou to preparáty drahé a jest zcela zbytečné je draze platiti, když taková výživa může býti laciněji a stejně dobře, ba ještě lépe, připravena v domácnosti. Velmi dobře se osvědčují směsi mléka s vodou, ve které se udělá odvar šlemový z ovesných vloček, rýže, krupek. Někteří dávají místo vody bouillon. Místo dříve tak vřele doporučovaného mléčného cukru užíváme obyčejného cukru s velmi dobrým výsledkem. Jsou také hotové preparáty pro výživu kojence z podmáslí, ze syrovátky, tedy preparáty z laciných potravin, které se však prodávají velmi draze. Podmáslí i syrovátka obsahují velmi hodnotné bílkoviny, cukr a soli, a svou lahodnou, nakyslou chutí působí velmi dobře na výživu a s velmi dobrým výsledkem se jich užívá při výživě kojenců a nemocných. Hotové preparáty by měly smysl jen v místech, kde podmáslí čerstvé není k dostání. Také výživa kojenců ze suchého mléka a sušeného podmáslí se připravuje v prášku. Tam, kde není k dostání čerstvé mléko, konají dobrou službu sušené mléko a podmáslí. Obojí jest dobrou výživou pro kojence, jelikož se připravuje podle správných měřítek. Prášek se dá před upotřebením nabobtnati ve vodě a pokrm jest hotový. Tyto sušené preparáty jsou však velmi drahé a jejich hodnota se liší od obyčejného mléka nebo podmáslí jen vysokou cenou. Jinak nemají zvláštního významu pro výživu kojence. Tedy vracíme se k dobrému, čerstvému mléku. Kdybychom měli na 100% zaručenu bezvadnost, pak by bylo nejlépe používati mléko čerstvé, nesvařené, ale opatrnost jest nutná a proto se bere mléko rychle převařené.

Odvary z mouky, vloček a jiné musí býti dobře uvařeny; přidáváme je ke stravě kojence a mimo ně cukr, abychom obohatili jeho výživu o uhlovodany, aby dobře trávil. Lépe jest býti opatrným s množstvím výživy a raději dbáti na bohatý obsah kalorických hodnot. Zároveň se vzrůstem kojence se podává méně ředěná výživa, což vůbec jest v rozporu při porovnání s výživou kojence mlékem mateřským. Vždyť složení mateřského mléka zůstává téměř nezměněné po celou dobu kojení a proto třetina mléka a dvě třetiny vody, jak se to praktikuje v umělé výživě, odpovídá polovici kalorií mateřského mléka. Množí se proto názory mnohých odborníků o nevhodnosti třetiny mléka, zvláště v prvních týdnech, a doporučuje se, aby umělá výživa obsahovala hned z počátku polovici mléka. Provádí se to prý s dobrým výsledkem. Doporučuji však velikou opatrnost při tomto počínání, jelikož theorií, zvláště v umělé výživě, jest celá řada

a kojenec jest příliš jemný a choulostivý tvor pro pokusy, které se dějí v jeho výživě často v jeho neprospěch.

Při umělé výživě kojence musíme mu dopřáti přikrmování stejně, jak se to děje u kojenců živených mlékem mateřským. Tedy i uměle živený kojenec má dostati ovocné šťávy, polévky a jiné výživné potraviny, doporučené pro kojence živené mlékem mateřským.

Umělá výživa kojence začíná buď rozředěným mlékem neb smetanou, zkrátka osnovou jest mléko neb mléčné odpadky (podmáslí, syrovátka). Jsou k dostání jako hotové preparáty v konservách, ale nikdy nemáme jistoty, jako při každé konservované potravě, zda nebyly zničeny vitaminy důležité pro vzrůst a vývoj kojence, což by se mohlo státi osudným jeho zdraví. V kravském, vhodně upraveném mléce máme výbornou potravu pro kojence a touto potravou se budeme obírati. Buď přidáváme pro zvýšení obsahu uhlovodanů kromě cukru též mouku k jednotřetinové směsi mléka s vodou, aneb, jak se více užívá, slizkých odvarů z obilních plodin (ječmen, kroupy, oves, rýže atd.). Příprava: Množství obilných plodin se smíchá s vodou a vaří se $3/4$ hod., pak se prolisuje přes žíněné síto tak, aby pevné součástky nepronikly sítem; žádná sůl při živení kravským mlékem. Pak se přidá závar k ostatní směsi. Slizké odvary nemají velkou kalorickou hodnotu a proto někteří doporučují místo slizkých odvarů mléčné závary z mouky pšeničné, ovesné, rýžové, ječné a mondaminu. U těchto odvarů jest mnohem kratší doba vaření (u ovesné mouky 15 min., u pšeničné 3—5 min.). Dává se přednost čisté pšeničné mouce před ovesnou, aneb mondaminu z důvodu zmírnění kvašení cukru. čímž se spíše zabrání zažívacím poruchám u kojence. Dětských moušek, kterýchžto specialit jest veliké množství, nedoporučujeme! Směsi shora doporučené nejlépe vyhovují výživě kojence. Slizké odvary jsou kaloricky chudé.

Ve 100 *g* k pití hotového odvaru jsou:

u ovesných vloček	8·4	kalorie
„ „ krupek	6·0	„
„ ječných vloček	4·5	„
„ „ krupek	4·4	„
„ rýže	4·0	„

Přednost odvaru z obilných plodin někteří odborníci vidí v tom, že je v nich obsaženo něco z bílkovin a jiných činitelů, z obilních klíčků, a že škrob dalším vařením se štěpí a takovým způsobem odvar se stává snadno vstřebatelným. Přidání důležitých činitelů z obilních klíčků k potravě kojence má zajisté velký význam vzhledem k nestálému obsahu vitaminů v kravském mléce. Při užívání obilních plodin na šlemové odvary se doporučuje vzíti dvojnásobnou dávku oproti mouce z těchto plodin. Jiní zase dávají přednost přídavku jemné pšeničné mouky z důvodů, o kterých jsme se již zmínili (kaloricky vydatnější).

Schema pro správnou výživu dětí od 6 měsíců do 16 let.

Od 6 měsíců do 9 měsíců: Jednou denně kaše (krupičná, z pšeničné mouky), brzy nato zelenina, jablečná kaše (zelenina dušená, proliso-

vaná). Z počátku lze smíchati zeleninu s kaší. Asi za jeden měsíc dávat kaši zvlášť a zeleninu zvlášť.

Od 9. měsíce do 1 roku ráno: Jeden až dva dětské suchary plus 200 *g* směsi ¾ mléka a ¼ vody.

Přesnídávka: 200 *g* směsi (tři díly mléka a jeden díl vody).

Oběd: 200 *g* zeleniny s máslovou jíškou, kromě toho bramborovou kaši nebo vařené nudle, rýži nebo podobné a jablečnou kaši.

Svačina: Stejně jako přesnídávka.

Večeře: Krupičná kaše ze 150 *g* mléka, 50 *g* vody, 2 kostek cukru a několika zrnek soli.

Z tohoto jídelního lístku je patrno, že stále více rozmnožujeme v potravě množství uhlovodanů.

Při umělé výživě kravským mlékem se nejvíce používají následující směsi jíškové:

Na př. 5% směsi z 5 *g* másla a 5 *g* pšeničné mouky, 5 *g* cukru řepného. Vody se dá tolik, aby bylo celkem 100 *g* jíškové polévky. Na dva díly mléka přijdou tři díly této jíškové polévky, aneb na tři díly 4 díly mléka, aneb konečně dva stejné díly.

Při závarech z mouky pšeničné, ovesné, kukuřičné i odvarech se dává stejné množství hotového odvaru neb závaru na množství mléka, jak bylo shora označeno. Žádnou z těchto směsí nesolíme. Doporučuje se přidati do jednotlivých potravin čerstvou šťávu citronovou, ne více než 10 kapek, šťávy z mrkve aneb z rajských jabliček po kapkách (10—20 kapek). Místo cukru řepného někteří doporučují med. Celkové množství potravy za 24 hod. nemá přesahovati 600 *g* do konce druhého týdne. V třetím a čtvrtém týdnu 700 *g*. V druhém měsíci 800 *g*, od třetího do pátého měsíce od 900—1000 *g*. Pátým měsícem počínaje 5krát denně od 150—200 *g*. V této době nahrazujeme jednu mléčnou dávku moučnou aneb krupičnou kaší neb zcezenými vývary zelenin a dokonce i prolisovanou zeleninou poněkud zahuštěnou. V šestém měsíci prolisované polévky zeleninové, bramborové, zahuštěné máslovou jíškou, solené. Tyto se podávají v poledne a večer, místo tekuté stravy již možno podávati kaše. V této době již k obědu možno podávati i masové polévky a zároveň též strouhané ovoce (jablka, banány), dále ovocné šťávy (pomoranče, mandarinky). Maso začínáme podávati dětem ke konci druhého pololetí, jemně rozemleté, též jemně rozemletý mozeček, slezinu, játra, ledvinky, srdce, vše chutně upravené a pouze ve velmi malém množství (několik kávových lžiček). Do polévek dáváme občas ¼ čerstvého žloutku, a to ne denně, později ½. A teprve od konce 1. roku jednou týdně celé vajíčko na měkko vařené. U některých dětí velmi dobře se osvědčuje místo výše uvedených směsí závar ze sucharové moučky, z piškotové moučky, sucharový puding.

Uplynutím prvního roku dítěte se přechází již ke stravě smíšené.

Výživa dětí.

Výživa dětí se musí říditi hlavně požadavky rostoucího dětského organismu. Dítě rychle roste a dětské svaly, které jsou stále zaměstnány, potřebují ke své výživě nejen stavební materiál, ale i pohá-

něcí energii pro svou neustálou výkonnost. Kalorická potřeba dětí jest vysoká a proto výživa dětí se má podobati výživě tělesně těžce pracujících lidí, ovšem s rozdílem poměrného množství. Bílkoviny vzrůst podporující čerpáme z mléka, masa, vajec, chleba, luštěnin, tvarohu a brambor. Uhlovodany nacházející se ve stravě moučné, škrobnaté a v cukrech poskytují pak dostatečné množství energie. Zeleninou a ovocem dodáváme dětskému tělu vitaminy a minerální soli potřebné pro jeho vzrůst, vývoj a pohonnou energii.

Potraviny určené k výživě dětí dělíme na dvě skupiny. K první náležejí ony, které mají býti dětem podávány v omezeném množství, jako: maso, mléko, vejce, chléb, luštěniny a kuchyňská sůl, k druhé pak náleží zelenina a ovoce.

Mléko obsahuje veškeré živné látky, které zcela vyhovují výživě kojenců, hodí se však pouze pro určité krátké období a již ke konci prvního roku dítěte musí ustoupiti stravě smíšené. Poměr postupného zmenšování denních dávek mléka k rostoucímu počtu let dítěte jest následovný: ve druhém roce ne více nežli 400—500 *g*, ve třetím a čtvrtém roce 250—300 *g*, v pátém a šestém roce 200—250 *g* mléka. Tyto dávky jsou dostatečně malé, takže umožňují dítěti živiti se i jinou potravou. Ze čtvrt litru mléka máme možnost upraviti nejrozmanitější druhy pokrmů. Čerstvé mléko však, i když v malém množství, nesmí scházeti v jídelním lístku dítěte.

Pokud se týče masa, nemá býti pro svůj veliký obsah bílkovin podáváno dětem. Ovšem není nutno zcela maso vyloučiti z dětské stravy, ale stačí zcela malé množství masa neb vnitřností, jako je slezina, brzlík, mozeček, játra a krev. I tyto dávky masa jsou určitým způsobem vymezeny a dětem, jež rády jedí maso, se doporučují asi následující dávky: v prvním a druhém roce 10—20 *g*, v třetím a čtvrtém 30—40 *g*, v pátém a šestém 40—50 *g*, v sedmém a osmém 50 až 60 *g* masa. Ve věku pohlavní dospělosti může tato dávka býti zvýšena až na 100 *g*. Větší množství masa se nedoporučuje ani malým ani dospělejším dětem. Rozhodujícím však pro požité maso bude vždy současné požití určitého množství zeleniny s jejím bohatým obsahem minerálních látek. Hlavní závadou ve výživě dětí byla dříve jednostranně volená výživa masem při současném omezení zeleninové potravy. Stejně se doporučuje omeziti dávky uzenin, párků, šunky neb i uzených ryb. Maso se má upravovati rychlým pečením na másle. Tím se totiž neničí vitaminy obsažené v mase čerstvém. Děti mohou jísti veškeré druhy masa černého i bílého, zvěřinu i ryby. Velmi výživným pokrmem pro děti jsou brzlík, slezina, játra a mozeček. Též velmi hodnotnou výživu poskytuje krev, jež má stejný obsah bílkovin jako maso, kromě nich však ještě obsahuje veliké množství železa. Mimo to dodává krev heamatin obsahující stavební materiál pro tvoření krvinek. Její reakce jest zásaditá. Krev zcela nahrazuje různé velmi drahé železité přípravky a sílící prostředky.

Další výbornou potravou, kterou v omezeném množství doporučujeme, jsou vejce a obzvláště žloutek. Žloutek obsahuje všechny důležité minerální látky jako vápno, fosfor, železo, fosfatidy, lecitin, který se váže na tuk, vitaminy, a to hlavně vitamin vzrůstový A. Vajíčko svým obsahem a dokonalostí výživných látek překonává

i mléko. Celá řada sílicích přípravků se vyrábí ze žloutků a velmi draze se prodává. Ale přesto omezujeme ve výživě dětí vejce, jelikož kdyby byla podávána v neomezeném množství, mohla by i škoditi. Podávati malému dítěti jedno až dvě vejce denně jest velmi nezdravé a škodlivé. Malé dávky jsou však žádoucí a není námitek proti tomu, aby dítě ve druhém roce dostalo z počátku jeden žloutek týdně a pak postupně i dvě vejce v týdnu. Některé děti, zvláště vodnatelné, nesnášejí vajec vůbec, jiné opět mají odpor k vejcím a proto nesmíme je k jídlu nutiti, nebo by mohla nastat i otrava krve atd. Zvláštní opatrnosti je třeba v době puberty, neboť lecitin ve žloutku obsažený může působiti dráždivě na nervový systém pohlavně dospívajícího dítěte. Nejlépe jest podávati vejce na měkko vařené. Též dobré jest vejce zamíchané do pokrmů, v moučnících, v nichž jest nejstravitelnější, ale též v zeleninách, špenátu, květáku, rajských jablíčkách neb upečené chutná dětem dobře.

Veliký význam ve výživě dětí má chléb. I tento pokrm však máme dětem podávati v omezeném množství. Chléb se až dosud neuznával jako samostatný pokrm, který skýtá bílkoviny. Proto se podává dětem v neomezeném množství jako vedlejší potrava. Při smíšené potravě jest však důležitým pokrmem poskytujícím tělu lidskému až 50% celkového množství bílkovin. Obsah bílkovin v chlebě se pohybuje mezi 5—8 %. Na sušený a opékaný chléb připadá až 10 %. Dítě, které jest při chuti, sní denně alespoň 4 krajíce chleba neb jiného pečiva, což činí asi 200 *g* s celkovým množstvím bílkovin 10—16 *g*. Proto jest pochopitelné, že k obědu skládajícímu se z masa, brambor, zeleniny a ovoce, jest zbytečné a nezdravé podávati dětem chléb podle libosti. Co se týče druhu chleba, doporučujeme různě. Trpí-li dítě zácpou, podáváme chléb černý, v opačném případě podáváme chléb bílý, lehce stravitelný, nedráždící střeva.

Též luštěniny dáváme dětem k jídlu v množství omezeném, neboť svým množstvím bílkovin se velmi blíží masu. Luštěninám se říká „maso chudého člověka“ neb rostlinné maso. Svojí biologickou hodnotou se však masu nevyrovnají. Jsou velmi těžce stravitelny a zužitkovatelny následkem svého obsahu celulosy. Pouze správná jejich kuchyňská úprava je činí lépe stravitelnými.

Další látkou, kterou musíme omezeně podávati dětem, jest kuchyňská sůl. Jest to jediná látka, jež není obsažena v našich potravinách dostatečně. Přidávání malého množství soli do potravy jest nutné (vyměšování šťávy žaludeční). Jest jí zapotřebí hlavně, je-li potrava zeleninová. Počítáme, že 0·05 *g* soli na jeden *kg* váhy jest dostatečné množství a větší dávky jsou zbytečné a proto i škodlivé.

Potraviny druhé skupiny, to jest ony, jež mohou dětem býti podávány v neomezeném množství, pokud tomu stav jejich zažívacích orgánů dovoluje, jsou veškeré zeleniny, a to zelené listy salátu, květák, kedlubny, mrkev, zelený hrášek, rajská jablíčka, ředkvička atd. Též syrové ovoce, ořechy, mandle, kaštany, banány, fíky, datle, hrozinky jsou pro děti velmi žádoucí. Ovoce a zeleniny neobsahují mnoho výživných látek, jež by i mohly dítěti ublížiti, kdyby byly podávány v nadměrném množství. Ořechy, fíky, mandle, hrozinky a datle svým velikým obsahem tuku a cukru jsou hodnotné i ve smyslu kalorickém.

Při podávání syrového ovoce neb zeleniny nutno však úzkostlivě dbáti o čistotu. Doporučuje se dávati dětem k jídlu zeleninu syrovou, pokud to ovšem jde; dokud nemohou kousati jest dobře podávati ji strouhanou, neb zeleninové šťávy, stejně tak i strouhané ovoce. Z tuků jest nejlépe stravitelné a tedy i nejžádoucnější podávati máslo, neboť obsahuje velmi důležité vitaminy a minerální soli. Výhodné jest smísiti máslo s medem, neboť med usnadňuje trávení.

Cukrovinky a sladkosti se nemají dětem podávati mezi jídlem, neboť tím děti pouze ztrácejí chuť k jídlu a zvyknou-li si na sladkosti, odmítají jísti syrové ovoce. Velmi zdravá jest však čokoláda, která může býti podávána jako moučník.

Strava dětská nesmí býti ani moc slaná, ani kořeněná. Má býti pokud možno nejvíce smíšená.

Není radno podávati dětem mnoho polévky. Občas se doporučuje pár lžic polévky hovězí, nebo, a to více, husté polévky zeleninové, které mohou býti upraveny jako výživný pokrm. Odmítají-li polévku, není radno je do ní nutiti. Další otázkou jest to, co má dítě píti? Nejlepším nápojem pro ně je voda. Potřeba tekutiny u dětí jest veliká. Dítě se stále pohybuje, potí se, tím ztrácí vodu a tato se musí nahraditi pitím. Kromě čisté vody mohou dostati vodu s ovocnými šťávami, citronovou, malinovou a jinými. Rozhodně se však nemá žíznivým dětem podávati mléko jako nápoj pro utišení. Mléko není nápojem, nýbrž pokrmem. Není též rozhodně vhodné dávati dětem při hlavních jídlech k pití mléko, neboť tím se ubírá místo pro hutnější pokrmy a děti se zbytečně přecpávají. Zbytečné požívání mléka i vody jest škodlivé. Hromaděním vody v těle se snižuje odolnost těla proti nakažlivým nemocem, jelikož tkáně prosycené vodou poskytují dobrou živnou půdu choroboplodným zárodkům. Zároveň mohou se tím i přetížiti některé orgány těla (srdce, ledviny). Při stravě smíšené, převážně zeleninové s ovocem, dostává dítě z těchto dosti vody. Též děti získávají ze zeleniny a ovoce minerální soli a vitaminy důležité pro jejich vzrůst a vývoj.

Z listové zeleniny nejcennější jsou špenát a hlávkový salát. Špenát obsahuje dosti bílkovin, mnoho železa, vitamin vzrůstový a jiné důležité minerální soli, stejně i salát hlávkový jest bohatý na tyto látky. Listové zeleniny kapusta a zelí obsahují důležité vitaminy a minerální soli, rovněž tak i květák; všechny zeleniny pak přinášejí dostatek zásad.

Kuchyňská úprava zelenin jest velmi důležitá, nepožívají-li se syrové. Nesmí se dlouho vařiti, spařovati anebo dlouho nechati ve vodě, neboť tím se z nich vyluhují jednak minerální soli a jednak se vařením zničí vitaminy. Též škrábáním brambor se odstraňují velmi důležité vitaminy uložené těsně pod slupkou. Nejlépe jest dusiti zeleninu, a to jen krátkou dobu, a vodu z ní upotřebiti na další úpravu zeleniny. Dále zužitkovatelnost zeleninové stravy závisí ve značné míře na žvýkání, neboť čím lépe je prožvýkána a rozkousána, tím větší je její stravitelnost. I u dětí nutno toho dbáti, zvláště jedí-li syrové zeleniny, jako zelený hrášek, mrkev a kedlubny. Důvodem nedokonalého využití zelenin je stavba rostlinných stěn z celulosových nestravitelných částí a kromě toho též značná objemnost rostlinné stravy,

která zatěžuje práci zažívacích ústrojů a brzdí vstřebávání do stěn střevních. Zelenina upravená jako kašovitý pokrm se stráví lépe, má menší ztráty. Bramborová kaše se stráví mnohem lépe nežli brambory uvařené a stejně je tomu tak u luštěnin; jsou-li prolisovány, mají lehčí stravitelnost. Proto nutno dbáti toho, aby úprava zelenin pro děti byla taková, aby zeleniny byly nejsnadněji stravitelné. Strava zeleninová je vhodná nejen pro děti zcela malé, ale i pro děti starší. Též velmi zdravým pokrmem pro děti jsou rajská jablíčka, a v zimě, když jsou vzácná, alespoň marmeláda z nich doma připravená, neboť vitaminy v rajských jablíčkách obsažené se vařením neničí. Konservovaná zelenina, která se hojně používá a zatlačuje i zeleninu čerstvou, se svou hodnotou nemůže vyrovnati zelenině čerstvé. Většina zeleninových konserv jest prosta vitaminů a také k jejich konservování a zachování jejich přirozené barvy se užívá různých chemických barviv, organismu nezdravých.

Ovoce jest velmi důležité pro výživu dětí, ne pouze pro svou aromatickou vůni, ale i pro cenný obsah vitaminů, minerálních solí a cukru. Ovocný cukr mu propůjčuje snadnou stravitelnost a jest dobrým zdrojem energie pro děti. Též chová v sobě značné množství energie tepelné. Ovoce samo o sobě není výživné a jako potrava pro děti by bylo nedostatečné. Ale pro jeho výše uvedené vlastnosti můžeme je zvláště dětem podávati ve větším množství. Ovšem kromě syrového ovoce jsou zdravým pokrmem pro děti moučná jídla s ovocem (knedlíky s ovocem, lívance s ovocem a jiná). Velmi zdravým ovocem pro děti jsou též pomoranče a citrony, z posledních ovšem jenom šťáva. Citrony obsahují protikurdějový vitamin a jejich šťáva jest velmi lehce stravitelná. Pomoranče pak kromě vitaminů a minerálních solí obsahují i železo. Též vinné hrozny jsou důležitým činitelem dětské výživy, a to hlavně pro svůj vysoký obsah cukru, který dodává tepelnou energii stále se zaměstnávajícím dětským svalům. Kromě toho obsahují železo, draslík a vápník. Také marmelády a jamy jsou zdravé pro děti, zvláště s chlebem a máslem. Dětský jídelníček můžeme též zpestřiti medem, jenž obsahuje jednoduché cukry lehce stravitelné, což činí z medu tak hledaný pokrm. Fermenty v medu obsažené usnadňují trávení i jiných pokrmů, takže med doporučujeme i pro kojence se střevními katary. Děti si mají navykati jisti med, a to ve formě „chleba s máslem a medem".

Nikdy nesmí scházeti v denní výživě dítěte máslo, jež jest nejlehčeji stravitelným tukem chovajícím důležité vzrůstové a protikřivičné vitaminy a kromě toho i látky minerální. Zvláště jest bohaté na vitaminy jarní máslo, kdy se totiž krávy pasou na čerstvé trávě. Chléb s máslem jest nenahraditelným pokrmem pro děti. Máslo v těstě upečené ztrácí na stravitelnosti, a proto se říká: lépe máslo k jídlu nežli v jídle.

Mluvíme-li o másle, nesmíme zapomenouti na tvaroh a sýry. Tvaroh může zastupovati ve výživě dětí jak vajíčka tak i maso. Čerstvý měkký tvaroh obsahuje skoro tolik bílkovin jako maso, a tvaroh tvrdý dvakráte tolik. Kromě toho tvaroh i sýry obsahují hojnost sodíku, vápníku a fosforu. V tvarohu samém pak jest značné množství železa. Tučné sýry jsou velmi lehce stravitelné.

Výborně se též hodí jako pokrm pro děti ryby, zvláště mořské. Známý rybí tuk vyniká velikým obsahem protikřivičného a vzrůstového vitaminu a až dosud se doporučuje v zimě, kdy máslo jest ochuzené o tyto vitaminy. Kromě toho jsou mořské ryby důležité svým obsahem jodu. Pročež buďtež zařazeny do dětského jídelního lístku buď mořské ryby vařené nebo alespoň uzenáče a sledi pro starší děti.

Dítě má přijímati svou denní potravu v pěti časových úsecích. Mezi 7.—8. hodinou ráno snídani, přesnídávku od 9. do půl 10., oběd mezi 12.—13. hod., od 15. do 16. svačinu a mezi 7. až 8. hod. večer večeři. Mezi jídlem a zvláště mezi druhým a třetím, čtvrtým a pátým má býti přestávka alespoň 3 a půl hodiny. Toto rozdělení na určitá období děje se z toho důvodu, aby se popřálo žaludku skutečného oddychu. Nepravidelnost v jídle působí špatně na trávení a zdravotní stav dětí. Ovšem toto rozdělení nemíním jako všeobecné pravidlo, nýbrž podléhá různým přesunům a změnám podle individuálních požadavků dětského těla a jeho výživy.

Při sestavování jídelního lístku pro děti dbáme hlavně toho, aby látky sloužící za pramen energie a tepla, to jest tuky a uhlovodany, byly zastoupeny v množství co největším, to jest, aby jejich poměr k přijímaným bílkovinám byl 9 : 1 nebo 10 : 1. Máme tedy dbáti o to, aby bílkoviny byly přijímány poměrně v malém množství vzhledem k uhlovodanům a tukům. Dlužno přitom pamatovati, že hodnota bílkovin není ve všech potravinách stejná a že dětem se musí dostati bílkovin co nejhodnotnějších. Přidáním uhlovodanové stravy snižujeme potřebu bílkovin, ale podáváním zelenin a ovoce s jejich bohatým obsahem nerostných zásad nasycují se ústrojné i neústrojné kyseliny, které vznikají při látkové výměně v organismu. Při nedostatku zásaditých látek ve stravě by dětské tělo bylo nuceno sáhnouti na zásobu vlastního vápníku uloženého jednak v kostech, jednak v chrupu, čímž by tyto utrpěly velkou škodu a poškodily dětský organismus. Při přijímání bílkovin nezáleží ani tak na jejich množství, které s jídlem dítě dostane, nýbrž na tom, kolik z těchto přijatých bílkovin tělo stráví a vstřebá. Víme, že zužitkovatelnost bílkovin jest různá a záleží na jejich původu. Jenom ty jsou plnohodnotné, které obsahují veškeré aminokyseliny důležité pro tvoření lidské bílkoviny. Jak již bylo uvedeno, zdrojem jejich jest potrava živočišného původu (maso, vejce, tvaroh, sýry, mléko), ostatní rostlinné potraviny obsahují těchto hodnotných bílkovin méně s výjimkou brambor a rýže.

Z toho je tedy patrno, že není lhostejno, jakou potravinou jest dítě živeno. Při smíšené stravě, kde jsou zastoupeny různé potraviny, zastupují se bílkoviny a tím se jejich hodnota vyrovnává. Jednotlivé pokrmy se mají střídati tak, aby nebyl ani přebytek bílkovin a nevykazovaly nadbytek kyselin a aby ve vhodném poměru a podle ročního období byly sdostatek zastoupeny též zelenina a ovoce. Jídelní lístek má též býti pestrý a stejné pokrmy nemají býti podávány zároveň.

V tomto krátkém pojednání nemohu vyčerpati otázku výživy dětí. Jsou to pouze pokyny, jimiž se máme říditi. Děti mají rády moučná jídla, ale budou míti rády i zeleninu, upraví-li se tato chutně

a zvyknou-li si na ni již v nejútlejším věku. Stejně tak si zvyknou na mořské ryby, sledě, uzenáče a vařenou rybu mořskou.

Škodí-li nedostatek dětskému zdraví a zastavuje jeho vývoj, tak i nadbytek jídla, třebas i nejlepší kvality, může mu stejně škoditi. Zásadou výživy má býti, že štíhlé tělíčko jest zdravější a schopnější odporovati nemocem nežli tlusté a vodnaté.

Schema pro výživu dětí od 2 do 16 roků.

Ve druhém roce v prvním pololetí, snídaně: 200 *g* mléka a 25 *g* sucharů nebo rohlík, houska atd.

Přesnídávka: 100 *g* jablek (nebo jiného syrového ovoce), 25 *g* chleba, 5 *g* másla.

Oběd: 125 *g* zeleniny (mrkev, květák, špenát, brukev atd.), 125 *g* brambor, 15 *g* másla, 5 *g* žloutku (v zelenině a bramborách), 125 *g* jablek, 12½ *g* cukru (v jablečné kaši).

Svačina: 150 *g* mléka, 25 *g* bílého chleba neb housky, 40 *g* jablek a 4 *g* cukru (jablečná kaše).

Večeře: 150 *g* mléka, 30 *g* krupice, 15 *g* cukru, 5 *g* másla (krupičná kaše) a 100 *g* ovoce syrového.

Tento jídelní lístek obsahuje:		*Minerální soli:*	
bílkoviny	27·94	draslík	2·45
tuky	40·66	sodík	0·912
uhlovodany	176	vápník	1·136
kalorie	1215	hořčík	0·2295
kyseliny	14·80	železo	0·0315
zásady	32·81	fosfor	1·489
převaha zásad jest	18·01	síra	1·234
v miligramech ekvivalentu		chlor	0·804

Ve druhém roce v druhém pololetí, snídaně: 150 *g* mléka, 50 *g* kávy, 5 *g* cukru, 30 *g* chleba, 30 *g* ovoce syrového nebo dušeného s 3 *g* cukru.

Přesnídávka: 100 *g* syrového ovoce neb rajských jablíček, 30 *g* chleba, 5 *g* másla.

Oběd: 150 *g* zeleniny, 150 *g* bramborové kaše s 10 *g* másla, 20 *g* dušeného masa s 5 *g* másla, 150 *g* syrového neb dušeného ovoce s 15 *g* cukru.

Svačina: 150 *g* mléka, 50 *g* kávy, 5 *g* cukru, 30 *g* chleba, 30 *g* syrového neb dušeného ovoce s 3 *g* cukru.

Večeře: Krupicová kaše ze 150 *g* mléka, 40 *g* krupice, 15 *g* cukru, 10 *g* másla a 5 *g* neb ⅓ žloutku, 100 *g* syrového ovoce.

Tento jídelní lístek obsahuje:		*Minerální soli:*	
bílkoviny	32·78	draslík	2·716
tuky	44·85	sodík	1·079
uhlovodany	201·105	vápník	1·108
kalorie	1376	hořčík	0·266
kyseliny	22·90	železo	0·0326

zásady	36·43	fosfor	1·564
převaha zásad	13·53	síra	1·439
		chlor	0·9676

Ve třetím a čtvrtém roce, snídaně: 100 *g* mléka, 5 *g* cukru, 40 *g* housky neb chleba, 50 *g* ovoce syrového neb dušeného s 5 *g* cukru.

Přesnídávka: 150 *g* syrového ovoce, 35 *g* chleba, 5 *g* másla.

Oběd: 175 *g* zeleniny, 175 *g* brambor, 30 *g* masa, 175 *g* syrového ovoce podle sezony, anebo dušeného ovoce se 17 *g* cukru.

Svačina: 50 *g* mléka, 100 *g* kávy, 5 *g* cukru, 40 *g* chleba, 50 *g* ovoce buď syrového anebo dušeného.

Večeře: Krupicová kaše ze 150 *g* mléka, 20 *g* krupice, 10 *g* másla, 40 *g* chleba plus 5 *g* másla, 150 *g* syrového ovoce.

Tento jídelní lístek obsahuje:		*Minerální soli:*	
bílkoviny	36·85	draslík	3·019
tuky	45·61	sodík	1·286
uhlovodany	244·04	vápník	0·886
kalorie	1575	hořčík	0·2723
kyseliny	34·37	železo	0·0513
zásady	40·05		
vykazuje tedy		fosfor	1·756
převahu zásad	5·68	síra	1·609
		chlor	1·1252

V pátém a šestém roce, snídaně: 100 *g* mléka, 100 *g* kávy, 5 *g* cukru, 50 *g* chleba neb housky, 60 *g* syrového neb dušeného ovoce s 6 *g* cukru.

Přesnídávka: 40 *g* chleba, 5 *g* másla, 225 *g* syrového ovoce.

Oběd: 200 *g* zeleniny, bramborovou kaši z 200 *g* brambor, 10 *g* másla, 40 *g* dušeného masa s 10 *g* másla, 200 *g* jablek syrových neb dušených s 20 *g* cukru.

Svačina: 100 *g* kávy, 50 *g* mléka, 5 *g* cukru, 50 *g* chleba, 60 *g* syrového neb dušeného ovoce se 6 *g* cukru.

Večeře: 100 *g* mléka, 100 *g* brambor, 30 *g* masa, 15 *g* másla, 60 *g* chleba, 30 *g* ředkvičky a 225 *g* syrového ovoce.

Tento jídelní lístek obsahuje:		*Minerální soli:*	
bílkoviny	43·65	draslík	4·332
tuky	50·33	sodík	1·587
uhlovodany	276·58	vápník	1·023
kalorie	1780	hořčík	0·3857
kyseliny	41·95	železo	0·0803
zásady	63·47	fosfor	2·0044
vykazuje tedy		síra	2·02
převahu zásad	21·52	chlor	1·4364

V sedmém až dvanáctém roce, snídaně: 100 *g* mléka, 100 *g* kávy s 5 *g* cukru, 75 *g* chleba neb housky, 75 *g* ovoce syrového neb dušeného s 7·5 *g* cukru.

Přesnídávka: 50 *g* chleba, 5 *g* másla, 250 *g* syrového ovoce.

Oběd: 250 *g* zeleniny, 250 *g* bramborové kaše s 10 *g* másla, 60 *g* dušeného masa s 10 *g* másla, 225 *g* dušeného ovoce s 22·5 *g* cukru.

Svačina: 100 *g* kávy, 50 *g* mléka, 5 *g* cukru, 75 *g* chleba neb housky, 75 *g* dušeného ovoce se 7·5 *g* cukru.

Večeře: 50 *g* mléka, 150 *g* brambor, 80 *g* chleba, 20 *g* másla, 40 *g* masa, 50 *g* ředkviček, 250 *g* syrového ovoce.

Tento jídelní lístek obsahuje:		*Minerální soli:*	
bílkoviny	53·33	draslík	4·332
tuky	55·14	sodík	2·001
uhlovodany	351·46	vápník	1·1546
kalorie	2172·8	hořčík	0·498
kyseliny	55·99	železo	0·1117
zásady	82·63	fosfor	2·4632
převaha zásad	26·64	síra	2·501
		chlor	1·87

Od třinácti do 16 let, snídaně: 100 *g* mléka, 100 *g* kávy, 10 *g* cukru, 100 *g* chleba, 100 *g* ovoce syrového neb dušeného s 10 *g* cukru.

Přesnídávka: 250 *g* ovoce syrového, 80 *g* chleba a 15 *g* másla.

Oběd: 300 *g* zeleniny, 300 *g* brambor, 20 *g* másla, 80 *g* dušeného masa s 20 *g* másla, 250 *g* dušeného ovoce s 25 *g* cukru.

Svačina: 50 *g* mléka, 100 *g* kávy, 10 *g* cukru, 100 *g* chleba, 100 *g* dušeného ovoce s 10 *g* cukru, neb 100 *g* syrového ovoce.

Večeře: 50 *g* mléka, 200 *g* brambor, 100 *g* chleba, 20 *g* másla, 70 *g* masa dušeného s 20 *g* másla, 70 *g* ředkvičky, 250 *g* syrového ovoce.

Tento jídelní lístek obsahuje:		*Minerální soli:*	
bílkoviny	74·46	draslík	5·700
tuky	102·04	sodík	2·733
uhlovodany	448·46	vápník	1·394
kalorie	3093·00	hořčík	0·6372
kyseliny	83·76	železo	0·1470
zásady	102·20	fosfor	3·298
převaha zásad	18·44	síra	3·411
		chlor	2·6048

Množství kyselin a zásad je uvedeno v miligramech ekvivalentu.
Schemata výživy podle E. Müllera.

Z tohoto celého schematu jest vidno, že z počátku se dětem podává strava téměř výhradně mléčného původu, bohatá na uhlovodany a vápník. Se vzrůstem dítěte se stále množství mléka zmenšuje a zvolna nahrazuje potravou původu převážně rostlinného, jako zeleninou a ovocem. I když zde neuvádíme přesně složení všech pokrmů, musíme míti na paměti, že různá jídla jsou připravována s mlékem, jeho množství v jídelníčku nikde nenalezneme. Uvádíme pouze jakousi kostru neboli správný poměr mezi bílkovinami, uhlovodany a tuky, a správné jejich množství, stejně jako správné množství kalorií určitému věku odpovídajících. Též poměr bílkovin původu živočišného jest zvolna nahrazován bílkovinami rostlinnými, takže převládají

později bílkoviny původu rostlinného. Obsah minerálních solí je takový, že převládá reakce zásaditá. Obsah vápníku zmenšováním množství mléka je stále menší, a proto nutno pamatovati na to, abychom jej nahradili potravou jinou, jako na př. tvarohem, mléčnými výrobky, sýry a jinou potravinou, bohatou na vápník. Všude, kde jest uváděno v jídelníčku dušené ovoce, můžeme je nahraditi moučnými jídly s čerstvým ovocem, jako knedlíky, lívanci, amoletami a j. Nikde se nezmiňujeme o moučnících. Tyto ovšem nejen že neškodí, nýbrž se i velmi doporučují. Ba někdy moučná jídla jest lépe zařaditi do jídelníčku dítěte místo masa. Nejlepším ukončením jídel jest však přece ovoce syrové. Neuvádíme nikde polévky, protože hovězí polévka není výživou vůbec, není však námitek, chutnají-li dítěti, aby se mu občas dalo několik lžic polévky, nikoli však velké množství, které by zbytečně naplnilo žaludek, takže dítě by pak odmítalo hlavní jídlo. Rovněž zasmažené polévky by se neměly podávati, poněvadž i když mají větší výživu nežli hovězí polévka (mouka, omastek), není to postačující. Lépe jest připravovati zeleniny řidší. Bližší údaje se nacházejí v „Dětské výživě“ shora.

Výživa ve stáří.

Výživa ve stáří, dokud nenastanou organické změny, vyžadující zvláštní diety, nemá se lišiti od obvyklé výživy, při níž se organismu stařeckému dobře daří. Radikální změna výživy u těchto lidí spíše může škoditi jejich organismu, nežli mu prospěti. Výměna látek v stařeckém organismu jest značně snížena, též často se dostavují poruchy zažívací, při nedbalosti o chrup i žvýkací schopnosti jsou omezeny, činnost svalová jest značně slabší. Z těchto důvodů potřebuje stařecký organismus mnohem méně potravy nežli organismus v plném rozkvětu sil životních. Právě následkem zpomalené výměny látek často staří lidé tloustnou, poněvadž příjem potravy jest větší nežli výdaj. Má se tedy dbáti o postupné zmenšování dávek potravy, aby se tloustnutí zamezilo.

Jest radno omeziti přílišné požívání masa, tučných sýrů, vajec za účelem omezení bílkovin, stejně jako jídel kořeněných. Stejně jest tomu s kouřením a alkoholickými nápoji. Není radno zvykati stařecký organismus na stravu kašovitou nebo polotekutou. Nutno dbáti toho, aby chrup byl v pořádku, aby jídla mohla býti dobře žvýkána a nebyla polykána veliká sousta.

Nejvíce se doporučují jídla škrobovitá (moučná) a ovoce. Velké opatrnosti je třeba dbáti u jídel vyvolávajících plynatost ve střevech, která mohou způsobiti značné potíže stařeckému organismu.

Jako zásada zde tedy platí: žádné radikální změny, ale zmenšené množství potravy.

Pokyny pro otylé.

Tuk jest velmi důležitou zásobní látkou našeho těla. Určitou zásobu tuku musí míti naše tělo vždy; za normální se považuje asi 15 % celkové váhy. Je-li jeho množství v těle vyšší, pak mluvíme o otylosti.

Nejčastější příčinou otylosti jest přejídání; tu pak nastává nepoměr mezi příjmem a výdejem potravy. Je-li příjem potravy delší dobu větší než výdej, nastává hromadění a ukládání tuku a uhlovodanů ve formě tukové zásoby. Ovšem přejídání není jedinou příčinou otylosti. Způsobují ji také přílišné pohodlí, lenost, flegmatičnost, dlouhé vyspávání ráno, spánek po vydatném obědě, nedostatek pohybu, a to aniž by se přebíralo v jídle. Nabudeme-li denně jenom 10 *g* tuku, pak to za jeden rok činí již přes 3 *kg* a za několik let se můžeme státi značně otylými.

Otylost může vzniknouti i z různých jiných příčin; pozorujeme ji často u žen po porodu, v přechodu (klimakteriu), po přestálých těžkých nemocech (na př. po břišním tyfu), následkem chudokrevnosti, při poruchách zažívacího ústrojí (jater). Příčinou otylosti může býti i zděděný (konstituční) sklon k hromadění tuku v těle, který se v některých rodinách značně projevuje.

Další a dosti častou příčinou otylosti bývá chorobná změna žláz s vnitřní sekrecí. Žlázy s vnitřní sekrecí řídí přeměnu látkovou v našem těle, svoje výměšky nevyměšují ven, jak je tomu u jiných žláz (na př. u slinné a pankreatu), nýbrž přímo do krve, odkud pak tyto působí na jednotlivé orgány a ovlivňují různé děje v našem těle. K těmto žlázám patří: žláza štítná, pohlavní a hypophysa mozková.

O žláze štítné víme, že zesiluje děje tělových tkání. Při zeslabení její činnosti zeslabuje se zároveň přeměna látek v organismu a nastává její zpomalení. Pokračuje-li se v přijímání obvyklého množství potravy jako před onemocněním, příjem potravy stále převyšuje výdej, co má za následek hromadění tuku v těle. Toto nebývá vždy souměrné. U někoho se hromadí nejvíce ve žlázách prsních, u někoho zase ve stehnech, ve stěně břišní, v hyždích, v okolí ledvin, srdce atd.

Z toho jest patrno, že otylost má někdy za příčinu i vážnou chorobu, která vyžaduje odborného léčení. V takových případech se často stává, že z neznalosti se tělu odtučňovací dietou značně uškodí. Je tedy v mnohých případech léčiti nemoc základní, jejímž následkem otylost jest a po jejímž vyléčení i otylost zmizí.

Strava, kterou povolujeme při otylosti vzniklé z přejídání nebo z nedostatku pohybu nebo při otylosti konstituční, má míti nízkou kalorickou hodnotu a vylučujeme z ní vše, co působí ukládání tuku ve tkáních. Má tedy obsahovati málo tuků (uhlovodanů). Musíme však přitom přihlížeti k tomu, aby se tělu dostalo potřebného množství bílkovin (1 *g* na 1 *kg* váhy), aby je tělo nemusilo dosazovati z bílkovin vlastních (tělových), což by mohlo vyvolati těžké poškození organismu.

Z toho jest patrno, že si musíme při odtučňovací dietě počínati velmi opatrně, protože její neodborné provádění způsobilo již mnoha lidem vážné poškození zdraví. Zvláště ženy a mladé dívky velmi lehkověrně používají různých inserovaných odtučňovacích prostředků, z nichž některé bývají i škodlivé zdraví. Snaha zbaviti se přebytečného tuku, stejně jako vyvarovati se jeho přebytečného ukládání, jest naprosto oprávněná, protože může člověku způsobit značné nepříjemnosti (na př. infiltrace srdečního svalu tukem vede ke značným srdečním obtížím).

Mužům i ženám může otylost někdy i vaditi ve výkonu povolání. První obtíží, která se dostavuje u lidí otylých, jest těžkopádnost pohybů. Později je unavuje rychlejší chůze, k chůzi do kopce nebo do schodů jim již nestačí dech, protože nahromaděný tuk v dutině a stěně břišní ztěžuje pohyby bránice a tím i dech. Následkem těchto obtíží vyhýbají se otylí lidé jakékoliv tělesné námaze a tím se jen zvyšuje množství uloženého tuku. Někdy souvisí s otylostí snížení činnosti duševní a pohlavní. Často se k ní přidružují arteriosklerosa, dna, rheumatismus a úplavice cukrová.

Protože jsou příčiny otylosti různé, musí se tato léčiti různým způsobem. Pokyny, které zde uvádím, jsou rázu všeobecného a nejsou myšleny jako schema, kterého by mohl každý otylý použíti pro své léčení.

Snahou odtučňovací diety při otylosti z přejídání jest navyknouti otylého člověka, aby méně jedl. Množství kalorií, které má obsahovati jeho strava, určuje se podle jeho tělesné váhy, výšky a povrchu těla a podle druhu a způsobu práce, kterou vykonává. Tedy vycházíme z normální potřeby výživy, pouze děláme určité škrty.

Potřebné množství potravy vyjádřené kalorickými jednotkami činí u dospělého člověka v klidu při střední váze 70 *kg* 2400 kalorií. Těchto kalorií nabudeme potravou, jež musí obsahovati veškeré živné látky a též ostatní činitele, jež potřebuje organismus pro svůj provoz.

V dietě otylého člověka snižujeme množství kalorií. Toto snížení nebývá vždy stejné. Určujeme je různě, případ od případu, poněvadž kromě jiného musíme při léčení otylosti přihlížeti též k individuálním sklonům léčeného. U některých snižujeme toto množství o třetinu, někdy i o polovinu normální potřeby. Jiní zase praktikují zmenšení celkového množství potravy, aniž by vyloučili látky podporující hromadění tuku a spojují tuto léčbu se zesílenými pohyby tělesnými (stoupání do kopců, rychlá chůze, jízda na kole, různé sporty), čímž chtějí docíliti rozmanitější práce svalové, což se vskutku u mnohých velmi dobře osvědčuje.

Nejrozšířenější léčbou je dieta, která obsahuje dostatek bílkovin, uhlovodany a tuky v omezeném množství. Zato však zeleninu a ovoce podáváme v libovolném množství.

Landois doporučuje celkové omezení množství potravy, aby se předešlo jednostranné stravě. Nepíti mezi jídlem. Zvýšiti činnost svalovou buď prací nebo pohyby. Odváděti teplo z těla studenými lázněmi neb lehkým oděvem. Spáti krátce a v chladné místnosti. Občas bráti mírná projímadla.

Pravdu má Landois, když omezuje celkový příjem potravy. Tím odnaučuje přejídání, což jest prvním účelem dietní kury pro otylé. Jíme mnoho a velmi hutnou stravu, a přejídání, jak vidíme, má zhoubné následky. Strava tučná, masitá, po níž následuje hutný moučník, jest těžká. Pravda, nasycuje, ale nedodává tělu všechny výživné látky. Po takovém jídle bývá žízeň a i když ji zaháníme pouze vodou, přetěžujeme ledviny a srdce, a oběma tím přidáváme práci. Tuto vadu můžeme odstraniti přidáváním ovoce a zeleniny a omezujeme pouze tyto moučníky, v nichž jest velké množství másla, vajec a cukru. Místo moučníku můžeme ukončiti oběd ovocem, neb ovocem a sýrem. Kdyby naše obvyklá strava svým obsahem masa, zelenin,

ovoce a tuku se přiblížila dietetické stravě pro otylé, nebylo by mnoho otylých lidí, bylo by méně rheumatismu a jiných nemocí a zároveň přišlo by to laciněji.

A nyní promluvíme o potravinách, které otylým zakazujeme. Tohoto zakázaného ovoce jest dosti. Vesměs jsou to potraviny kaloricky velmi hodnotné, jako cukrovinky, sladké moučníky, mléčná čokoláda, dále jsou to ořechy, mandle, kaštany, fíky, datle, banány, hrozinky, luštěniny a ze zelenin cibule, dále tučné maso dušené, tučné ryby, olejovky, uzenáče, smažené maso, smažené ryby, koblihy a jiné smažené moučníky, majonézy a omáčky. Stejně se též zakazují velmi slané pokrmy, dále likéry a pivo.

Povoluje se: maso libové (100—150 *g*) nejrůznějších druhů, libové ryby (štika), máslo (50 *g*), 1 vejce, brambory (300—400 *g*) ve značné míře, jelikož se netloustne po nich, jsou-li vařené ve slané vodě, a velmi zasytí, neboť obsahují velmi hodnotné bílkoviny. Dále se doporučují netučné sýry (25—50 *g*), tvaroh, syrečky a jiné. Též káva, čaj, citronové limonády i přírodní víno v malém množství, zeleniny a ovoce se doporučují ve značné míře, žádné sladké ovoce a kompoty.

Někteří doporučují zařaditi do odtučňovací kury zeleninové neb ovocné dny (jeden den v týdnu), při čemž se povoluje asi jeden a půl *kg* ovoce na den. Jiní zase kávové dny (1 litr kávy, jedna neb dvě housky); káva jest bez cukru s malým množstvím mléka. Trpí-li dotyčný zácpou, doporučuje se pouze černý chléb, jinak má jísti polovici černého a polovinu bílého chleba. Suchary a topinky se nedoporučují, jelikož opečením se stávají hutnějšími a tíže stravitelnými, t. j. výživnějšími.

Z toho, co jsem uvedla, neplyne, že to může každý otylý přesně použíti pro svou dietu. Není tomu tak, poněvadž odtučňování se musí prováděti individuálně. Dieta, kterou snese prostředně tlustý člověk, se může velmi špatně osvědčiti u člověka ještě silnějšího, může vyvolati i velmi nepříjemné podráždění nervového systému i srdce.

Otylému člověku slouží dieta za lék. Předpisuje-li lékař lék, jest za něj odpovědný, proto se doporučuje otylým, aby si svou dietu též dali určiti lékařem, který by sledoval průběh jejich odtučňovací kury, neléčili se o své újmě a to hlavně ne — hladem, což se nyní často stává. Omezení množství potravy neškodí nikomu, ale toto musí se díti na správném základě, správně volenou potravou, tak, aby tělo neutrpělo větší škody.

Konečným požadavkem dietní stravy jest, aby potrava byla chutně upravena, aby otylý ani necítil, že má „dietu“, jelikož se tím všeobecně rozumí, že to musí býti jídlo kašovité, nechutné a jednotvárné. Saláty, stejně jako zeleniny, mohou se upraviti různým způsobem. Míchané saláty, i když jsou pouze málo posoleny a dobře poctovány, chutnají velmi dobře, zvláště jsou-li syrové. Dušená zelenina, jak ji připravují Angličané, pouze pokropená máslem, je rovněž chutná. Otylý člověk nemá požívati zeleninu s jíškou, stejně jako husté omáčky. Ovoce může jísti i dušené, ale bez cukru, případně slazené sacharinem. Polévky zeleninové se doporučují bez jíšky, případně z různých polévkových kostek, též není námitek proti hovězí polévce, ovšem jen tehdy, neléčí-li dotyčný jiné nemoci, jako rheuma-

tismus, dnu a arteriosklerosu. Hovězí polévka není výživná, leda tuk v ní obsažený, který se však snadno dá odstraniti, a minerální soli v ní obsažené jsou jen na prospěch organismu. Výtažkové látky obsažené v hovězí polévce podporují vyměšování chuťových šťáv a tím i chuť k jídlu, což jest velmi vítané při omezené výživě otylého.

Denní množství předepsané potravy se má nejlépe rozděliti na čtyři díly tak, aby na snídani vyšly $^2/_{10}$ celkového množství, $^1/_{10}$ na přesnídávku, $^4/_{10}$ na oběd, $^3/_{10}$ na večeři. Polovina tuku nechť se spotřebuje k obědu. Oběd a večeře se doporučují z teplých pokrmů. Nejvýhodnější teplota těchto jídel jest 40 až 50° C.

Schema pro dietu odtučňovací.

		Kalorie
Snídaně:	1 jablko nebo pomeranč nebo ½ grapefruitu,	
	šálek tmavé kávy	35
	1 vajíčko	75
	10 *g* másla	76
	60 *g* housky neb chleba	120
Přesnídávka:	200 *g* ovoce	100
Oběd:	200 *g* hovězí polévky bez tuku a zavářky	10
	120 *g* masa neb ryby	180
	250 až 350 *g* zeleniny	75
	150 *g* brambor	150
	salát hlávkový, okurkový neb míchaný	00
	25 *g* másla (k omaštění všech pokrmů)	190
	250 *g* syrového ovoce	125
Svačina:	Buď žádná, nebo čaj s citronem neslazený anebo kterákoliv ovocná šťáva neslazená.	
Večeře:	Buď 120 *g* libového masa anebo ryby (štika, lín neb candát)	180
	250 *g* zeleniny	75
	100 *g* brambor neb 50 *g* chleba	100
	15 *g* másla	114
	neb 2 vejce	150
	zelenina	75
	50 *g* chleba	100
	15 *g* másla	114
	50 *g* libového sýra (syrečky, tvaroh, romadour)	100
	150 *g* syrového ovoce	75
	nebo 100 *g* netučného sýra	
	10 *g* másla	
	300 *g* zeleniny	
	50 *g* chleba	
	ovoce a saláty jako k obědu	
	1 šálek neslazené černé kávy.	

V tomto schematu je značně sníženo kalorické množství. Maso zde uvedené rozumí se pouze libové, dušené, pečené neb vařené. Ze-

leniny vařené neb dušené bez tuku a mouky. Brambory buď vařené ve slupkách nebo pečené. Ovoce syrové aneb dušené bez cukru, nesmí však býti sladké. Hrozny pouze kyselejších druhů. Saláty bez oleje, pouze kyselené. Zeleniny se doporučují, mimo zeleného hrášku, karotky, cibule a červené řepy, všechny v libovolném výběru.

Mimo to se doporučuje vsunouti určité dny tak zvané hladové (jeden den v týdnu), pozůstávající z toho, že se jí buď pouze ovoce, neb se pije mléko nebo podmáslí anebo tmavá káva.

Ovocný den spočívá v tom, že se sní 1 až 1½ *kg* ovoce. Mléčný den spočívá v tom, že se vypije 1 až 1½ litru mléka ve čtyřech neb pěti stejných dávkách. Při kávovém dni se přibere 1 až 2 karlovarské suchary.

Tuto dietu jest dobře zachovávati ve dny, kdy se nemusí těžce pracovati, neboť jest při ní zapotřebí poměrného klidu. Jest to dieta s velmi sníženým kalorickým obsahem.

Toto schema se však nedoporučuje užívati libovolně, vždy jest lépe dříve se poraditi s lékařem.

Dieta pro tloustnutí.

Pro určení diety pro tloustnutí by snad stačilo pouze postaviti do popředí ony potraviny, které jsou zakázány otylým. Bylo by to velmi jednoduché, ale ovšem i nesprávné, neboť hubenost může vzniknouti na nejrůznějších podkladech, hlavně při různých nemocích, takže zde nutno léčiti nikoliv hubenost, nýbrž onu základní nemoc, abychom zbavili tělo podvýživy a tím i hubenosti.

Příčiny podvýživy jsou velmi různé, jako na př. chorobná funkce žlázy štitné, úplavice cukrová. V prvním případě stoupá potřeba živných látek o polovinu proti normálnímu stavu, takže přívod potravy nekryje výdaj; v druhém případě se též jedná o poruchu výměny látek, o přílišné vyměšování cukru. V obou případech tedy léčíme vždy základní chorobu, nikoli vyhublost. Stejně je tomu při vyhublosti následkem poruchy zažívacích ústrojů.

Zvýšená výměna látek a s ní souvisící hubenost může též nastati při zesílené námaze svalové, nebo při horečnatých chorobách, kdy jest nutno omeziti přívod potravy. Ale velmi častou příčinou hubnutí bývá nedostatek potravy, jak tomu bylo za světové války, zejména je-li omezen příjem uhlovodanů (cukru a škrobu). Též nynější hospodářské poměry spojené s nezaměstnaností jsou častou příčinou hubenosti a podvýživy.

Nemusí to však vždycky býti bída, i špatná volba výživy může míti tyto následky, i kdyby byla sebe hodnotnější.

Tím jsme zhruba vyčerpali příčiny hubenosti a budeme se nyní zabývati dietou proti podvýživě, jejímž základem jest nedostatek potravy, správněji řečeno tuků a uhlovodanů.

Hubenému člověku rozmnožíme v potravě tuky, uhlovodany a škroby. Strava bude sladká, tučná, v ní budou rozhojněny potraviny škrobnaté (moučníky), mléko, smetana, vejce, tučné sýry, ořechy, mandle a fíky, tedy potraviny o silné kalorické hodnotě. Jelikož však přílišné množství uhlovodanů činilo by stravu příliš hutnou a mohlo

by zatěžovati zažívací ústroje, doporučuje se podávati tuto stravu v omezeném množství. Stejně je tomu tak u zelenin.

Doporučuje se též klid a ležení po jídle, aby tělo neztratilo příliš energie a mohlo v klidu tráviti. Svalová námaha se z počátku omezuje, ale záhy se mírné cviky dovolují, aby tím byla povzbuzena chuť k jídlu, jež jest při této dietě činitelem nejdůležitějším. Úprava jídel má býti taková, aby zvyšovala chuť k jídlu, jelikož při tučné a sladké potravě by se snadno mohlo naraziti na odpor právě u lidí, kteří ji nejvíce potřebují. Strava má též obsahovati výživné látky s obsahem vitaminů, pochutinové přísady a minerální soli. Z toho důvodu se doporučují při ztučňovací dietě silné hovězí polévky neodtučněné buď se žloutkem neb s moučnou zavářkou, masa a ryby, obojí tučné, různě připravované hlavně na omastku, různé pikantní majonézy a saláty, brambory upravené na tuku, ovocné krémy, žloutkové a šlehačkové krémy, tučné omáčky, nejrůznější moučníky s ovocem, smažené moučníky, nákypy s ementálským sýrem. Tedy pokud možno pokrmy obsahující aromatické látky a koření. Moc dobře se osvědčuje při této dietě hroznové víno pro svůj značný obsah cukrů, a to jednoduchých, to jest lehčeji stravitelných. Při ztučňovacích kurách se podává jeden až dva *kg* hroznů denně kromě normální stravy.

Vedle uvedených potravin má býti tato dieta podporována silnou vůlí pacienta, aby se potkala se zdarem. Zároveň též vyžaduje velkého kuchařského umění, aby jídla, která by se mohla státi pacientům nechutná, byla upravena v takové formě, aby léčení se setkalo s úspěchem.

Při ztučňovací dietě doporučuje se jísti častěji a ne příliš mnoho najednou. Jako nápoj jest voda, pak mléko a pivo podle toho, jak kdo je snáší. Mléko, jehož množství jest určeno pro tuto dietu až 1 litr denně, má býti obsaženo v různých pokrmech, jako kávě, kakau, čokoládě, moučných jídlech. Též sladká smetana nechť se podává v pokrmech. Vejce tři až čtyři denně mají se jísti nejen samostatně, ale i v pokrmech. Místo housek se lépe hodí suchary s čerstvým máslem, ovocnými sladkými marmeládami neb s medem.

Dieta při úplavici cukrové (cukrovce).

Podkladem úplavice cukrové jest porucha výměny látek, a to porušená funkce břišní slinné žlázy. Nemoc tato se jeví silným vyměšováním moči (i deset litrů za den) a vyměšováním cukru v moči. Při úplavici cukrové je především porušena schopnost zužitkovati do určité míry uhlovodany (cukr a škroby), tělo se zaplavuje cukrem a není schopno jej zužitkovati pro své vlastní potřeby energeticky, čímž trpí činnost různých orgánů.

Úplavice cukrová se léčí hlavně dietou, jejímž hlavním účelem je zastaviti vylučování cukru a učiniti organismus schopným k jeho zužitkování. Tato dieta omezuje celkový příjem potravin, bílkovin a tuků v určitém vzájemném poměru. Potravu uhlovodanovou omezujeme, kdykoliv stoupá obsah cukru v moči. Dieta diabetika nesmí obsahovati mnoho uhlovodanů a vůbec ne cukr. Abychom mohli určiti správnou dietu, musíme zjistiti, do jaké míry jest tělo schopno

zužitkovati uhlovodany, to jest zjišťuje se tolerance uhlovodanová. Zjištění tolerance se děje odečtením cukru vyloučeného v moči za 24 hod. od množství přijatých uhlovodanů za touž dobu. Jakmile je tolerance zjištěna, je tím též stanoveno množství uhlovodanů, které tělo nemocného je schopno zužitkovati. Podle tolerance se také stanoví dieta diabetika.

Co tedy smí diabetik jísti? Souhrnně řečeno může jísti všechno mimo cukr, který musí jednou provždy škrtnouti ze svého jídelního lístku. Cukr se dá nahraditi pouze sacharinem, ale toto sladidlo, ač sladí, není chutné a je-li přidáno do diabetických moučníků při pečení neb vaření, hořkne. Masa jsou povolena libová nejrůznějších druhů a i úprava může býti rozmanitá; též mléko, sýry, máslo, sladká smetana, šlehačka, zeleniny, saláty téměř všechny. Při úpravě různých jídel nesmí býti použito jíšky a cukru. Polévky masové se žloutkem a též polévky zeleninové. Doporučuje se strava pokud možno pestrá, a to vždy v mezích tolerance. Oběd se může skládati z polévky, přes čtvrt *kg* zeleniny, masa ne více než 100—150 *g* již čisté váhy po úpravě. Vajíčka a sýr rovněž v omezeném množství. Z ovoce jsou povoleny kyselejší druhy; cukr ovocný (levulosa), nacházející se v ovoci vedle cukru hroznového, se snáší lépe nežli tento. Z ovoce jsou povoleny hlavně broskve, višně, pomeranče, jahody, angrešt, grape-fruit, jablka a hrušky. Dušené ovoce a marmelády smí jísti diabetik pouze slazené sacharinem. Ořechy a mandle jsou povoleny, kaštany a banány nikoliv, pro svůj veliký obsah cukru a škrobu.

K pití se povoluje čaj, káva, minerální vody, přírodní víno (40 až 70 *g*), rum a cognac; alkoholické nápoje se výborně zužitkují organismem a přinášejí tělu potřebné kalorie. I pivo se povoluje, ovšem v mezích tolerance, 1 litr piva obsahuje 40 *g* uhlovodanů a je-li tolerance 60 *g* těchto, zbývalo by pouze 20 *g* na ostatní stravu. Tuky může požívati různé; doporučuje se hlavně máslo pro svůj hodnotný obsah bílkovin a vitaminů. Zeleniny, ovoce, mléko a máslo jsou výbornými zdroji vitaminů, takže při bohaté zeleninové a ovocné stravě jest diabetik zabezpečen jak vitaminy tak i nerostnými látkami. Jelikož výběr potravin pro diabetika jest veliký a jen množství jejich omezené, doporučuje se střídání stravy, aby se zabránilo jednotvárnosti.

Střídání spočívá v tom, že se v některé dny podává více bílkovin a tuků a v jiné zase více uhlovodanů. Tímto způsobem má býti dosažena vyšší tolerance uhlovodanová. Tyto střídavé dietní dny mají býti též účinným lékem. Dieta vždycky má býti volena tak, aby povolené množství uhlovodanů v potravě se nevyčerpalo jediným pokrmem, nýbrž aby bylo rozděleno na více dílů do různých potravin.

Nejsvízelnější otázkou ve výživě diabetiků jest otázka chleba. Chléb a housky obsahují hojně uhlovodanů, a proto je smí diabetik požívati pouze v omezeném množství. Z tohoto důvodu se již dlouho činí pokusy s vyrobením mouky na výrobu diabetického pečiva. Jejich druhů jest veliké množství, ale jejich výživná hodnota neodpovídá jejich vysoké ceně. A také pečivo z ní vyrobené nemá dobrou chuť a diabetikům nechutná. Někteří doporučují Klöcklerův chléb, který prý dosti chutná a obsahuje poměrně málo uhlovodanů. Jedna houska, vážící 35 *g* a připravena z Klöcklerovy mouky, obsahuje

9·24 *g* uhlovodanů, houska téže váhy, vyrobená z obyčejné mouky, obsahuje 21 *g* uhlovodanů. Jak toleranci, tak i dietu z ní plynoucí, musí vždy stanoviti lékař.

Dieta při zvýšeném tlaku krevním a kornatění cév.

Kornatění cév může vzniknouti kromě různých jiných příčin též z nemírného požívání jídla a pití. Proto při této chorobě hraje správná životospráva a vhodná dieta značnou úlohu.

Potrava nesmí obsahovati mnoho masa, vajec, sýra. Zato hojně zeleniny, mléčných jídel, ovoce. Při současné otylosti musíme dietu přizpůsobiti v tom směru, abychom léčili i otylost. Doporučuje se přiváděti organismu co nejméně vody, strava má býti málo slaná. Jídla, která působí nadýmání, jest lépe vynechati (zelí, černý chléb, okurky). Též jest radno zdržeti se vařených moučných jídel, masitých polévek a vůbec jídel kořeněných. Alkohol, nikotin, čaj a káva působí škodlivě a urychlují postup choroby.

Dieta při chorobách žaludečních.

Diety zde uvedené vztahují se na následující žaludeční choroby:
1. Prudký katar žaludeční.
2. Chronický katar žaludeční *a*) z nedostatku kyseliny solné,
b) z nadbytku kyseliny solné.

ad 1. V tomto případě se nařizuje, pokud trvá zvracení, jednodenní až dvoudenní půst. Dává se polykati čistý led po kouscích nebo se podává studený čaj. Žádná horká káva! Později se podávají hlenovité polévky (bouillon, hovězí polévka se žloutkem), čaj, karlovarské suchary a topinky. S pokračujícím zlepšením podávají se libová masa a ryby. Masa (hovězí, holoubě, kuře) z počátku musí býti jemně rozsekaná. Kaše bramborová, jablečná a lehké nákypy. Žádné alkoholické nápoje. Znenáhla se pak přechází ke stravě smíšené.

ad 2. Zde se liší dieta podle toho, zda nemocný trpí nedostatkem nebo nadbytkem kyseliny solné v obsahu žaludečních šťáv.

a) Při nedostatku kyseliny solné doporučují se jídla, která dráždí vyměšování žaludečních šťáv. Zároveň však volíme jídla lehce stravitelná, jako jsou zeleniny, ovoce, ve vhodné úpravě. Doporučují se pokrmy kořeněné, ale jen do určité míry. Strava má býti smíšená, mají v ní převládati silné hovězí polévky, masové omáčky, bouillon, káva, kakao a čaj. Z alkoholických nápojů pouze něco málo přírodního vína. Masa a i jiné pokrmy mají býti dobře upraveny, aby se staly lehce stravitelnými. Brambory, zeleniny i ovoce mají býti podávány v úpravě kašovité. Mléko samotné se nedoporučuje podávati, ale pokrmy z mléka, jako nákypy a kaše, jsou vhodné. Máslo musí býti vždy čerstvé. Doporučuje se nemocným, aby jedli často, ale málo (pět až šestkrát denně).

b) Tato dieta musí, na rozdíl od minulé, býti taková, aby co nejméně dráždila vyměšování žaludečních šťáv (málo kořeněná, málo

octovaná). Avšak i zde nutno přihlížeti k lehké stravitelnosti, neboť kdyby pokrmy dlouho byly v žaludku, zbytečně by dráždily sliznici a vyvolávaly tím větši obtíže. S počátku podáváme pokrmy kašovité neb tekuté. Na př. mléko, kyselé mléko, podmásli, slabé hovězí neb hlenové polévky. Později se přechází k masové a zeleninové stravě, při jejíž úpravě nutno přihlížeti k lehké stravitelnosti. Masa volíme nejjemnější (kuře, holoubě, koroptev). Ryby netučné (štika), vařené a polité čerstvým máslem. Zeleniny dobře udušené a rozmělněné. Z tuků pouze čerstvé máslo. Též ovoce buď dušené neb kašovité. Chléb bílý, topinky neb karlovarské suchary. Vejce na měkko vařená, sýry neslané, netučné. Jídla moučná, jako nudle, makarony, tašky, musí býti dobře vařená, omáčky netučné. Brambory nejlépe ve formě kaše. Pokrmy nemají býti ani příliš horké ani příliš studené. Doporučuje se po obědě nemocným, aby leželi na pravém boku. Stěžují-li si nemocní na pocit překyselení, dovolujeme občas píti obyčejnou sodovku neb nějakou alkalickou kyselku.

Protože laik nemůže sám poznati příčinu a druh své choroby, jest nutno, aby mu dietu určil lékař.

Dieta při dně.

Nyní již nepovažujeme za příčinu dny poruchu výměny látek, i když při dnavém záchvatu se pozoruje zvýšené množství kyseliny močové. Jelikož při vzniku této nemoci hrají úlohu různí činitelé jak zevní tak i vnitřní, musíme určiti životosprávu takovou, která by co nejvíce zabraňovala vzniku neb opakování této choroby. A poněvadž se za příčinu klade i nemírné požívání živočišné potravy, klade se důraz na omezení této. Tedy střídmost v jídle a pití. Málo masa, nepožívati žádných vnitřních orgánů neb žláz živočišných, neboť poslední svým obsahem purinových látek podporují tvoření kyseliny močové (játra, ledviny, mozek, plíce, slezina, brzlík, mladé maso telecí a vepřové). Ze zelenin se nedoporučují špenát a růžičková kapusta, z obilnin hlavně luštěniny. Tyto jsou všechny vyloučeny z diety dnavých lidí. Víme však, že jest celá řada lidí trpících dnou, kteří bez úhony požívají i těchto zakázaných jídel.

Maso se doporučuje spíše vařené nežli pečené, a to ne více než 200 *g* denně. Tučné omáčky z pečínky a silné hovězí polévky jsou zakázány. Mléko, sýry a vejce se povolují v každém množství, též chléb, brambory, rýže a všechny zeleniny kromě dvou shora uvedených, rovněž ovoce a jídla moučná. Na večer radno jísti málo, aby se nehromadila kyselina močová přes noc, a též je dobré před spaním se napíti buď šálku teplé vody neb slabého čaje, aby se nahromadilo co nejméně kyseliny močové. K pití se hodí nejlépe voda, povolují se však i malá kvanta vína nebo piva. Rovněž tak je tomu s kávou, čajem atd.

Při této dietě dlužno přihlížeti k celkovému stavu organismu a hlavně k oněm poruchám, které bývají při dně obvyklé (srdce, ledviny, zažívací ústroje).

V záchvatu samotném bílkovinnou stravu vyloučíme a rovněž i alkoholické nápoje. Velmi se doporučují jemně prolisované zeleniny a ovoce. Též delší dobu po záchvatu jest radno zachovati tuto dietu.

Dieta při nemocech ledvinových.

Při prudkém zánětu ledvin se doporučuje přísná dieta, vlastně hladovka, která má trvati nejméně 2 dny, ale podle vážnosti případu i déle. O tomto musí rozhodnouti lékař. Tedy zásadou jest dieta hladem a též žízní.

V pozdější době, když zmizí akutní příznaky, povoluje se mléko, káva, kakao, bílé pečivo, moučná jídla, jemná zelenina (mladá mrkev), kompoty, zasmažené polévky. Maso a sýry vynecháváme a vejce též, leda občas povolujeme vejce do moučníku neb nákypu. Strava pokud možno málo slaná a kořeněná.

V chronickém stadiu, když vymizí příznaky těžké poruchy a když množství bílkovin ubývá, povoluje se strava smíšená, tedy i maso, sýry, vejce, ovšem v omezeném množství, takže stále převládá strava zeleninová. Místo mléka se povoluje kyselé mléko a jogurt. I při této smíšené stravě se doporučuje vyvarovati se přílišného solení neb kořenění. Též alkoholické nápoje jsou velmi škodlivé při ledvinovém onemocnění.

Dieta a pozdější přechod ke stravě smíšené má vždy býti stanoven lékařem.

Dieta při močových kaméncích.

Hlavní dietou při močových kaméncích jest hojné pití vody, mléka a minerálních vod, aby se docílilo co největšího vyměšování látek, z nichž se močové kaménky tvoří.

Při močových kaméncích, povstalých z kyseliny močové, se podává vedle alkalických minerálních vod též hojně soda. Tím chceme docíliti zásadité reakce v moči. Vznik močových kaménků nebývá spojován s určitou životosprávou, přece však se tu osvědčuje dieta jako při dně. Mírná strava s převahou zeleniny a ovoce, vystříhati se potravy obsahující nukleinové látky, málo neb žádný alkohol, pravidelné pohyby tělesné. Stejnoměrné rozdělení nápojů. Doporučuje se píti i v noci.

Při kaméncích, povstalých ze šťavelanu vápenného, podáváme stravu obsahující maso, a to za tím účelem, aby se zvýšila kyselá reakce v moči a tím se i rozpustily kaménky. Zároveň vyloučíme potraviny obsahující šťavelan (kakao, čaj, rebarbora, špenát, fíky, angrešt, rajská jablíčka). Též omezíme mléko a vejce, neboť obsahují značně vápna. Vejce též srážejí šťavelan, čímž brání jeho rozpouštění.

Dieta při žlučových kaméncích.

Příčinou tvoření žlučových kaménků bývá obyčejně katar žlučových cest, jenž vzniká poruchou vyměšování žluči. Též konstituční a pathologické stavy zažívacích ústrojů mohou býti podnětem k vyvolání žlučových kaménků. Tedy vše, co působí na špatné vyměšování žluči může býti příčinou žlučových kaménků. Žlučové kaménky upozorňují na sebe teprve tehdy, když se dostanou do žlučových cest aneb vyvolávají-li zánět žlučových cest.

Dieta při žlučových kaméncích se musí vystříhati pokrmů zabraňujících vyměšování žluči a které dráždí zažívací ústroje a játra. Strava nesmí vyvolati silnou peristaltiku (křečovitý pohyb střev), nesmí ji býti mnoho, také nesmí býti tučná, kořeněná a slaná, nesmí vyvolávati plynatost (luštěniny, kyselé zelí, paštiky, majonézy), též pečivo s kvasnicemi a zvláště koncentrované lihové nápoje jsou zakázány, rovněž tak nakládaná masa, kyselé saláty, okurky, hrubá zelenina a černý chléb. Postaráno musí býti o pravidelnou stolici. Dieta nemusí býti zvláště přísná. V omezeném množství se povolují i vejce. Jinak doporučujeme maso libové vařené anebo pečené, ryby libové, ovoce loupané aneb dušené, zeleninu prolisovanou, bílý chléb a karlovarské suchary. Mléko v množství omezeném. Z tuků čerstvé máslo. Jísti málo najednou, ale častěji, čímž podporujeme častější přecházení potravy ze žaludku do střeva, při čemž se vždy vyměšuje i žluč a nedochází k její stagnaci. Nápoje pouze teplé, teplou karlovarskou vodu a i jiné teplé nápoje. Před spaním a brzy ráno před vstáváním vypije se sklenice horké vody neb slabého čaje, čímž dáváme možnost žluči k vyprazdňování i bez příjmu potravy.

Výživa v šestinedělí.

Šestinedělí jest zvláštním obdobím v životě ženy, není to však stav chorobný, při němž by musela býti předepisována zvláštní dieta. Při porodu utrpí organismus ženy velikou ztrátu látek bílkovinných, minerálních solí a vody. Byl-li organismus ženy správně živen po dobu těhotenství, to jest, dostalo-li se mu dosti bílkovin, uhlovodanů, nerostných solí a hlavně vitaminů, takže výživa postačila jak pro výživu její, tak i plodu, snese organismus tyto ztráty při porodu lehce a žena se brzy zotaví.

V prvních dnech po porodu dlužno podávati stravu vesměs lehkou, kaše, mléko, čaj a teprve za několik dní poté stravu smíšenou. Musí býti stále brán ohled na chabost střevní, vzniklou následkem roztažení stěny břišní, a jest třeba vyhnouti se stravě vyvolávající plynatost. U šestinedělek se snadno dostavují koliky, a to nezřídka koliky žlučové, proto se doporučuje nepodávati vejce, jelikož jest téměř dokázáno, že žloutek působí dráždivě na žluč. Jinak výživa po dobu šestinedělí i po dobu kojení jest taková, jak jsme se již zmínili při stravě při kojení. Kalorie, které ztrácí žena při kojení, musí býti nahrazovány. Z počátku je to málo, ale již po čtrnácti dnech počítáme se ztrátami až 800 kalorií; jinými slovy: jeden litr mléka, který vydává žena kojením, musí být jejímu organismu vrácen jak potravou, tak mlékem. Velmi zde pomáhají zapražené polévky. Jinak se strava nemá podstatně lišiti od stravy obvyklé, ovšem, byla-li tato dostatečná již před kojením. Přejídá-li se matka, ukládá se v jejím organismu tuk. Taková žena tloustne, ale produkce mléka se tím nikterak nezvyšuje.

Strava šestinedělky má obsahovati dostatek bílkovin, uhlovodanů, tuků, minerálních solí a vitaminů a proto musí býti smíšená. Nesmí v ní chyběti ani zelenina, ani ovoce a kromě mléka a mléčných produktů (dodavatelů bílkovin) smí též požívati stravu masitou. Ko-

jící žena musí míti ve své stravě značné množství bílkovin, které jednak slouží k stavbě organismu kojence a jednak bílkovinná strava dráždí mléčné žlázy k produkci mléka. I v tom případě jsou směrodatnými stav matky, množství mléka a zdraví kojence.

Dieta při těhotenství.

Výživa v těhotenství se nemá podstatně lišiti od obvyklé normální výživy. Matka sice živí plod, ale v prvních měsících těhotenství jest potřeba plodu tak nepatrná, že se nikterak neprojevuje zvýšenou potřebou potravy matky. Naopak, v prvních měsících těhotenství utrpí výživa matky značnou újmu, což ovšem nevadí normálnímu vývoji plodu. V pozdějších měsících matka spotřebuje asi o pětinu potravy více než obvykle.

Při výživě matky v těhotenství má se hlavně dbáti o to, aby se organismu dostalo všech živných látek, zvláště vitaminů, minerálních solí a vápníku, potřebných k nahrazení látek plodem spotřebovaných. Jelikož mléčné produkty a mléko obsahují značné množství vápníku, doporučuje se velmi tato strava. Ovšem nechci tím říci, že má býti strava výhradně mléčná.

V druhé polovině omezujeme poněkud v potravě sůl kuchyňskou, a to z toho důvodu, že v té době organismus špatně vylučuje sůl. Zamezí se tím hromadění soli a s ní zároveň i vody (sůl váže v organismu vodu). Též zadržování soli v těle překáží hromadění vápníku. Strava těhotné se řídí podle stavu jejího organismu; trpí-li tento podvýživou, má se zvýšiti, je-li příliš otylý, zvláště ke konci těhotenství, má se omeziti, neboť přílišná otylost může zhoršiti průběh porodu. V takových případech se doporučují procházky a mírná svalová námaha.

Zácpa, kterou trpí většina těhotných, se nejlépe odstraní dobře volenou výživou (čerstvé ovoce, zelenina, černý chléb). Může se tím zabrániti i vzniku zácpy a zároveň tato strava poskytuje organismu těhotné ženy cenné vitaminy a minerální soli.

Zjistí-li se v moči těhotné ženy bílkoviny neb cukr, musí býti celá její dieta změněna, ovšem podle návodu lékaře.

Dieta při nervose.

Nemůžeme mluvit o jednotné dietě při nervose. Nervosa jest nemoc, která vzniká z různých příčin a tudíž příslušná dieta musí býti taková, aby léčila příčinu nemoci. Lidé, stižení nervosou, musí si všeobecně zvyknouti na smíšenou stravu. Ovšem dietní výjimky pro každý jednotlivý případ musí stanoviti lékař.

Dieta při zácpě.

Vyprazdňování střevního obsahu děje se u většiny lidí jednou denně, a to obvykle ve stejnou dobu, ale potkáváme se s individuálními zvláštnostmi; někteří lidé mají denně 2—3 stolice, jiní zase 1 obden. Nehledě k těmto zvláštnostem setkáváme se velmi často se skutečnou

pathologickou zácpou, která působí velké obtíže a většinou bývá doprovázena jinými nepříjemnostmi, jako bolením hlavy a pod.

Zácpa může býti různého původu. Obvyklým zjevem bývá při chronickém kataru střevním, jindy má symptomatický význam jako doprovázející příznak jiných onemocnění. Jeví se hlavně při nemocech žaludečních, při organickém onemocnění systému nervového, při funkcionálních neurosách, při chudokrevnosti, celkové skleslosti organismu, při němž nastává též celková ochablost střevního svalstva. Nezřídka mívá zácpa charakter samostatné choroby; jde tu o habituelní zácpu, jež souvisí se způsobem výživy a zaměstnání. Hlavní její příčinou jest velmi jemná potrava, lehce vstřebatelná, takže ve stolici nezbývají žádné nestrávené zbytky. Též nedostatek pohybu a práce svalové bývá příčinou zácpy. Chabost svalstva stěny břišní u žen po mnohých porodech může také býti její příčinou. A nedostatečné vyprázdnění obsahu střevního, kdy sice jest denně stolice, ale nedostatečná, způsobuje, že se stolice ve střevech hromadí, obsahuje velmi málo vody a její vypuzení bývá spojeno s obtížemi.

Pro potlačení aneb zmírnění habituelní zácpy máme mnohé prostředky dietního rázu: potrava musí obsahovati hojně nestravitelných součástí, jako je buničina v černém chlebě; zelenina má býti upravena v hrubších kusech (u zelí kyselého, syrového, vařeného, brambor, salátů syrových, ovoce syrového i vařeného). Vše to dráždí stěnu střevní k pohybu. Ovoce syrové působí svým obsahem cukru a buničiny a organickými kyselinami na silnější pohyb střev. Též med, sladké ovoce a ovocné šťávy působí svým obsahem cukru. Ovoce, obsahující drobná zrnka, jako rybíz, angrešt a jahody, dráždí těmito zrnky střeva, stejný účinek mají též slupky švestek. Některé ovoce však zácpu podporuje, jako borůvky svým obsahem taninu. O mléku se nelze vyjádřiti, neboť u některých působí zácpu, u jiných průjem. Zrnková káva působí dráždivě na střeva, vyvolávajíc silnější jejich pohyb (působením koffeinu). Mléčná čokoláda nebo čokoláda v mléce vařená je také dobrým prostředkem proti zácpě; hlavními činiteli jsou zde tuky a cukr. Stejný účinek mají též tučná jídla, zvláště olej má příznivý účinek.

Tedy dieta proti zácpě má obsahovati stravu rostlinného původu, nikoli však bílé pečivo, moučníky z jemné mouky, suchary, nudle, krupici a rýži. Maso, vejce a sýry v množství omezeném. Nejde-li o člověka otylého. doporučuje se úprava jídel ve formě těžší, připravovaných na oleji, tučné maso se zelím, luštěniny (hrách, čočka, fazole). Z nápojů: vody, minerální voda, vína bílá a pivo. I zácpu habituelní můžeme dietou vyléčiti, zachovávají-li pacienti tato pravidla při výživě. Nikdy se však nesmí opomíjeti pohyby tělesné. Často však nestačí tyto dietní prostředky a nutno léčiti tuto chorobu i medikamenty, podporovanými správnou dietou.

Dieta při průjmu.

Příčiny průjmu jsou rozmanité. Jsou průjmy čistě psychického původu (náhlé leknutí, strach, silné rozčilení, požití špatné potravy). Jsou průjmy následkem zachlazení. Též nemoci žaludeční neb střevní

bývají spojeny s průjmy. Nemůžeme zde vyčerpati všechny příčiny průjmu, a proto budeme se obírati jen případy průjmu vzniklými po požití špatné potravy, přejedení nebo, jak se lidově říká, zkažení žaludku.

Dostaví-li se řada řídkých stolic za sebou a trvá-li to déle, předepisujeme dietu. Zapáchají-li silně výkaly, jedná se o hnilobný proces v obsahu střevním; v těch případech průjmu nebráníme, nýbrž snažíme se co nejrychleji střeva zbaviti hnilobného obsahu. Nejlepší dietou je tu hlad. Podáváme z počátku pouze silný čaj, něco červeného vína, borůvkovou šťávu, hořkou čokoládu ve vodě vařenou. Mléko nepodáváme, nepůsobí dobře při průjmech. Teprve po zmizení prudkých průjmů podáváme hlenové polévky, housky, suchary s čajem s trochou mléka, později kašovitou potravu (krupičnou kaši). Polévky hlenové, husté, z ovesných vloček, sága, tapioky, krupek. Nepodáváme nic, co by mohlo drážditi sliznice střevní, naopak je hledíme obaliti hlenovými polévkami, nepodáváme ani zeleninu, ani syrové ovoce, ani bílkovinnou stravu, jež by podporovala hnilobný rozklad střevního obsahu. Jelikož průjem z těchto důvodů trvá pouze několik dní, záhy přecházíme k normální výživě. Jest však nutno, aby i zde lékař řídil dietu.

Průměrné sestavení některých pro dětský věk důležitých a hotových pokrmů.

Potraviny a pokrmy ve sto *g*	Bílkoviny v *g*	Tuky v *g*	Uhlovodany v *g*	Soli v *g*	Buničina v *g*	Kalorie	Voda
Plnotučné mléko	3·5	3·5	4·8	0·1	—	66	87·5
Odtučněné mléko	3	0·5	4·8	0·8	—	36	90·9
Sladká smetana	3	15	3·5	0·5	—	166	78
Podmáslí	3	0·5	4·5	1	—	37	91
Syrovátka	0·8	0·2	5	0·5	—	24	93·5
Tvaroh	10	11	3	1	—	155	75
Kefír	4	2	2	0·5	—	44	90·5
Netučný sýr	35	4	—	5	—	180	56
Tučný sýr	27	30	—	5	—	390	38
Máslo	0·5	82	0·5	2	—	760	15
Vejce	13	11	—	1	—	155	75
Žloutek	16	32	—	1	—	263	51
Míchané vejce	10·5	15	—	1·5	—	188	73
Hovězí polévka	0·5	0·5	—	1·5	—	7	97·5
Vařené hovězí maso	20	10	—	2	—	175	68
Pečené hovězí maso	30	7	—	1·5	—	191	61·5
Vepřové maso	19	30	—	2	—	357	49
Škrábané maso	20	10	—	3	—	175	67
Kuře, holub vařený	27	4	—	1·5	—	148	67·5
Telecí pečeně	30	3	—	2	—	150	65
Syrové rybí maso	23	1	—	1	—	104	75
Slaneček	20	17	—	16	—	240	47
Uzená šunka	25	36	—	10	—	458	29
Jelito	12	11·5	25	1·5	—	259	50
Uzenáč	22	10	—	2	—	183	66
Slanina netučná	11	44	—	5	—	455	40
Vařené brambory	2·5	2·5	22·5	1	1	96	70·5
Bramborová kaše	3	—	21	0·5	—	98	75·5
Střední chléb	6	0·5	48	1·5	0·5	225	43·5
Houska	7	0·5	50	0·3	—	238	42·2
Suchar	9	1·5	76	0·4	—	363	13·1
Piškot	7	9	75	1	—	424	8
Čokoláda syrová	5	15	68	2	—	439	10

Průměrné sestavení některých pro dětský věk důležitých a hotových pokrmů.

Potraviny a pokrmy ve sto *g*	Bílkoviny v *g*	Tuky v *g*	Uhlovodany v *g*	Soli v *g*	Buničina v *g*	Kalorie	Voda
Kakao	18	25	42	5	5	479	5
Mléčná rýžová polévka	1·2	0·7	4·5	0·3	—	27	93·3
Krupičná mléčná polévka	1·5	0·2	6	0·2	—	33	92·1
Luštěninová polévka	7	1	15	0·3	—	100	76·7
Vodová rýžová polévka	0·6	0·4	5	0·3	—	27	93·7
Mléčná kaše rýžová	2·5	1·8	14	0·8	—	85	80·9
Krupičná kaše	4	2	15	0·4	—	97	78·6
Kroupová kaše	1·5	5·3	10	0·2	—	95	83
Jáhly	3	0·6	34	0·6	—	160	61·8
Mléčná kaše z trhaných krupek	2·3	1	13·5	0·4	—	75	82·6
Luštěninová kaše	12	4	24	2	—	97	58
Makarony s máslem	1	5	13	0·3	—	108	80·7
Mrkev s bramborami	1	7	12	0·7	—	116	79·3
Vařená kapusta	2	6	7	1	—	93	84
Luštěniny s bramborami	4	6·5	15	0·5	—	178	74
Luštěniny syrové	24	2	50	3	5	322	16
Ovesné krupky s bouillonem	1	3	8	0·7	—	65	87·3
Vařený špenát	3	2	3	3	—	43	89
Zelený salát hlávkový	1	—	2·5	1	1	12	94·5
Karotka	6	—	12	1	2	74	79
Fazole zelené, lusky	3·5	—	6	1	1	39	88·5
Syrová kapusta	2	—	5·5	1	2	31	89·5
Jablka, hrušky, třešně čerstvé	0·5	—	12	0·5	5	51	82
Jahody, angrešt, rybíz, švestky	0·5	—	7·5	0·5	4	40	87·5
Švestková kaše	1	—	22	—	—	94	77
Pečené ovoce v obalu	4·2	1·5	26	0·1	—	138	68·2

Podle Berga.

Obsah výživných látek, kalorická hodnota, kyseliny, zásady.

Potraviny ve 100 *g*	Voda	Bílkoviny	Tuk	Uhlovodany	Kalorie	Zásady kyseliny
Krev, průměr	80·0	17·7	0·2	0·03	87	zás.
Hovězí maso střední	71·5	19·6	7·0	0·0	160	kys.
Hovězí libové	73·6	22·0	9·3	0·0	193	kys.
Telecí, průměr	71·0	19·5	7·6	0·0	120	kys.
Jelení, srnčí	75·8	19·3	1·8	1·4	116	kys.
Skopové, průměr	55·3	16·4	25·7	0·0	318	kys.
Vepřové, průměr	57·4	17·2	22·8	0·0	295	kys.
Uzená šunka	28·1	24·1	34·6	0·0	439	kys.
Kuře tučné	70·1	18·0	8·9	1·2	174	kys.
Holub	75·2	22·1	1·0	0·5	102	kys.
Husa, průměr	52·0	16·0	30·0	0·0	345	kys.
Kachna, průměr	73·0	21·0	5·0	0·0	132	kys.
Zaječí maso	74·2	23·0	1·1	0·5	107	kys.
Ledvinky	75·6	18·4	4·5	0·4	119	kys.
Mozek telecí	81·0	9·0	8·6	0·0	117	kys.
Uzené maso	62·6	22·5	8·08	0·0	173	kys.
Párky, vuřty	68·7	14·1	13·7	0·3	187	kys.
Tvrdé salámy	24·2	23·9	45·9	0·0	552	kys.
Telecí játra	71·6	17·7	3·4	3·3	130	kys.
Štika	79·6	18·4	0·5	0·0	80	kys.
Kapr	77·9	19·8	1·9	0·0	99	kys.
Úhoř	58·2	11·9	25·5	0·0	290	kys.
Slaneček	48·2	20·2	16·7	1·3	244	kys.
Sardinky v oleji	54·2	23·9	14·4	1·3	237	kys.
Sardele	38·4	21·6	2·7	0·6	116	kys.
Sardelové máslo	46·5	16·5	18·3	0·0	238	kys.
1 vejce	23·8	5·6	5·3	0·3	74	kys.
1 bílek	25·3	3·8	0·0	0·2	16	kys.
1 žloutek	7·9	2·5	4·9	0·04	57	kys.
Kravské mléko	87·3	3·2	3·5	4·8	67	zás.
Kozí mléko	86·9	3·5	3·9	4·6	71	zás.
Máslo	14·6	0·9	81·2	0·5	762	kys.
Tvaroh	52·4	34·8	5·04	0·9	222	kys.
Sýr netučný	43·1	33·8	11·1	4·1	283	kys.
Smetanový sýr	42·0	16·0	37·0	1·7	415	kys.

Obsah výživných látek, kalorická hodnota, kyseliny, zásady.

Potraviny ve 100 *g*	Voda	Bílkoviny	Tuk	Uhlovodany	Kalorie	Zásady kyseliny
Sýr polotučný	46·0	31·0	14·0	2·5	270	kys.
Čočka	12·3	18·2	0·6	44·7	272	kys.
Zelený hrášek	77·7	4·7	0·3	10·4	68	kys.
Hrách zralý	13·8	17·0	0·6	45·9	271	kys.
Zelené lusky fazolové	84·1	3·9	0·2	6·2	45	zás.
Fazole	14·0	18·0	0·5	40·2	252	kys.
Brambory	76·7	1·7	0·07	17·1	72	zás.
Kedlubny	85·9	2·1	0·1	6·9	39	zás.
Mrkev	86·8	0·9	0·2	8·7	41	zás.
Červená řepa	88·1	1·1	0·1	7·0	34	zás.
Zelená kapusta zimní	93·3	0·9	0·1	3·2	18	zás.
Růžičková kapusta	90·9	1·8	0·2	3·8	26	zás.
Hlávkový salát	90·1	1·3	0·1	4·9	27	zás.
Ředkvička	80·0	2·9	0·5	9·8	58	zás.
Květák	85·6	3·5	0·3	5·2	40	kys.
Červené zelí	94·3	1·2	0·2	1·8	15	zás.
Špenát	89·2	2·7	0·3	3·0	29	zás.
Rajská jablíčka	93·4	9·7	0·1	3·4	18	zás.
Okurky	95·4	0·8	0·1	1·9	12	zás.
Cibule	90·1	1·1	0·3	3·2	21	kys.
Bílé zelí	90·1	1·3	0·1	4·2	24	zás.
Ořechy vlašské	2·9	4·7	21·0	4·4	236	kys.
Ořechy lískové	3·6	6·1	28·2	3·1	304	kys.
Mandle	3·6	8·4	27·0	6·3	318	kys.
Kaštany	39·2	3·6	3·1	28·0	158	zás.
Pšeničná mouka bílá	12·6	8·8	0·9	68·7	325	kys.
Krupice	13·0	7·1	0·2	72·1	324	kys.
Ovesné vločky	9·8	10·5	4·1	63·1	341	kys.
Žitná mouka	12·6	6·7	0·9	69·8	320	kys.
Rýže	12·6	5·9	0·3	74·7	330	kys.
Černý chléb	39·7	4·7	0·6	47·9	220	kys.
Simonsův chléb	36·7	6·0	0·9	50·0	238	kys.
Bílý chléb	33·7	5·5	0·4	56·6	253	kys.
Housky, žemle	33·7	6·8	0·5	57·8	270	kys.
Suchary	9·5	7·6	1·8	73·2	346	kys.

Obsah nerostných látek v potravinách v miligramech vždy za 100 g potravin.

	Sodík	Vápník	Železo	Fosfor	Převaha zásad kyselin v *mg*
Krev (průměr)	350	11	75	70	+5·43
Hovězí maso (prostředně tučné)	80	17	15	658	—8·06
Hovězí maso (libové)	105	17	7	550	—23·51
Telecí maso	90	23	3	555	—22·96
Zvěřina	95	13	15	570	—23·26
Vepřové maso (prostředně tučné)	48	79	4	465	—12·47
Šunka	1960	30	0·4	310	—6·95
Drůbež	130	15	13	580	—24·32
Telecí játra (čerstvá)	110	45	30	640	—14·68
Štika	240	90	stopa	480	—2·75
Bílek	230	40	0·3	50	—8·27
Žloutek	140	190	5	1300	—51·83
Kravské mléko	60	175	0·5	170	+1·69
Máslo	420	32	2	48	—4·33
Tvaroh	40	88	95	440	—17·30
Sýr polotučný	70	1660	37	1796	—4·50
Sýr ementálský	3750	2020	19	2320	—17·49
Sádlo	10	1	6	8	—4·43
Pšeničná mouka	3	3	3	221	—2·66
Ovesné vločky	81	100	45	462	—9·98
Žitná mouka	30	18	44	831	—16·49
Rýže	19	11	4	184	—3·18
Černý chléb	299	15	13	275	—12·01
Bílý chléb	273	82	13	234	—10·99
Suchary	82	52	6	245	—10·41
Brambory	42	24	2	150	+5·10
Kedlubny	75	126	35	252	+5·99
Mrkev	156	83	7	94	+9·54
Ředkvička	102	72	13	53	+6·05
Květák	65	139	4	132	+3·04
Červené zelí	52	40	26	63	+2·20
Kapusta	6	160	29	257	+0·19
Růžičková kapusta	5	35	8	291	—13·15

Obsah nerostných látek v potravinách v miligramech vždy za 100 g potravin.

	Sodík	Vápník	Železo	Fosfor	Převaha zásad kyselin v mg
Hlávkový salát	78	151	55	94	+14·12
Špenát	628	211	60	182	+28·01
Rajská jablíčka	169	60	23	93	+13·67
Okurka	169	282	30	530	+31·50
Cibule	35	43	2	54	—1·09
Zelí	42	70	8	216	+4·02
Hrách zralý	23	117	20	857	—3·41
Hrášek zelený	29	47	2	283	—2·29
Čočka	244	115	36	656	—17·80
Vlašské ořechy	27	81	2	373	—9·22
Lískové oříšky	13	200	26	405	—2·08
Mandle	17	305	3	586	—2·19
Jablka	17	11	0·6	19	+1·38
Hrušky	26	24	3	46	+3·26
Švestky	13	17	4	55	+5·80
Meruňky	17	18	6	43	+4·79
Třešně	125	19	2	37	+2·66
Datle	61	64	2	99	+5·50
Jahody	28	41	13	87	+1·76
Fíky sušené	62	227	46	265	+27·81
Rybíz	1	12	0·1	22	+1·10
Víno hroznové	30	46	10	168	+7·15
Rozinky	156	117	29	352	+15·10
Pomeranče	3	117	12	54	+9·61
Maliny	—	70	—	105	+5·29
Citron	3	114	15	70	+9·90
Banány	49	14	18	65	+4·38
Hříbky	28	38	12	254	+4·44
Lišky	410	10	29	97	+4·46
Kakao v prášku	50	191	5	1528	—4·79
Čokoláda	56	40	95	313	—8·10
Čaj	381	653	213	725	+53·50
Káva	—	196	20	414	+5·60

Vitaminy obsažené v potravinách.

Potravina	A	B	C	D
Jablka	x	x	?	?
Jahody	x	x	xx	?
Maliny	xxx	x	x	?
Švestky	xx	x	o	?
Broskve	x	x	o	o
Pomoranče	x	xx	xxx	?
Citrony	x	x	xxx	?
Rybíz	x	x	xxx	?
Třešně	x	x	x	?
Borůvky	xxx	o	?	?
Banány	x	x	xx	stopa
Hrušky	o	x	x	?
Lískové ořechy	o	x	o	?
Vlašské ořechy	x	x	—	?
Mandle	x	x	?	?
Fíky	x	x	—	—
Datle	x	x	—	—
Rozinky	o	x	o	o
Hrozny	o	x	x	?
Rajská jablíčka	xxx	xx	xxx	?
Špenát	xxx	xx	xx	x
Zelený hrášek	xx	xx	xxx	?
Hlávkový salát	xx	xx	xxx	?
Květák	x	x	xx	?
Mrkev	xx		xx	x
Červená řepa	x	x	o	—
Chřest	xx	—	xxx	—
Zelí	xx	xxx	xxx	?
Kyselé zelí	x	x	xx	x
Okurka	o	x	xx	?
Kapusta	xx	xx	xx	?
Kedlubny	o	x	x	?
Cibule	o	x	o	o
Reveň				
Ovesné vločky	o	o	o	o
Rýže	o	o	o	o
Bílá pšeničná mouka	o	o	o	o
Pšenice, klíček	xx	xx	o	o
Žitný chléb	o	xx	o	o
Pšeničný chléb	x	xx	o	o
Cukr	o	o	o	o
Med	o	o	stopa	o
Kakao	x	o	o	x
Čokoláda	o	o	o	o

Vitaminy obsažené v potravinách.

Potravina	A	B	C	D
Hovězí maso	o	xx	o	o
Telecí maso	o	o	o	o
Játra telecí	xx	x	x	x
Ledvinky	x	x	o	o
Mozek				
Brzlík	x	xx	o	o
Šunka	o	x	o	o
Ryby	x	x	o	x
Vejce čerstvá	xx	xx	o	xx
Vejce naložená	xx	—	—	—
Žloutek	xx	xx	o	xxx
Bílek	o	xx	o	o
Máslo letní	xxx	o	?	x
Máslo zimní	x	o	o	x
Margarin	o	o	o	o
Sádlo	x	o	o	o
Lůj	xx	o	o	x
Rybí tuk	xxx	o	o	xxx
Olivový olej	o	o	o	o
Kokosové máslo	o	o	o	o
Mléko letní	x	x	x	x
Mléko zimní	x	o	o	o
Podmáslí	x	x	stopa	o
Smetany	x	xx	o	x
Tvaroh	x	—	—	o
Sýry, průměr	xx	x	o	o
Čočka	x	xx	x	o
Hrách	x	xx	x	o
Fazole	x	xx	x	o
Sojové boby	x	x	o	o
Brambory	x	x	xx	?

MUDr. Ž. SKOPOVÁ
praktická lékařka v Praze.

* Vysvětlivky:
x znamená přítomnost vitaminu,
xx větší množství vitaminu,
xxx hojnost vitaminu
o scházejí vitaminy,
? nezjištěno, nebo sporné.

ABECEDNÍ SEZNAM

OBSAH

Vložky do polévky:

Ssedliny:

Smažené vložky do polévek:

Koření 48

III. Předkrmy 51

c) Skopové maso:

Jehněčí a kozlečí maso:

d) Vepřové maso.

e) Zvěřina:

Tabulky:

Vosí hnízdo
20 dkg mletých ořechů
15 dkg syp. cukru
1 vejce a zpracovat
nechá se zaschnout 4 hod. formičky
vysyp. cukrem pudrem.
nádivka 12 dkg másla utřít do pěny, 30 dkg cukru pudru
1 lž. čisté kávy, studenou po kapkách přidávat.

Dortíčky 21 dkg hl. mouky
2 " kakaa
4 " ořechů
14 " másla
7 " cukru na [illegible]
[illegible] na špejli přes [illegible]
[illegible] se [illegible] [illegible]

Všeobecné poznámky vyzkoušených předpisů.

Kuchařské předpisy

Oříškové cukroví:
56 dkg hladké mouky
28 " cukru
18 " omastku
2 vajíčka
1 lžíce mléka
6 dkg oříšků
na špičku nože

Keksy: 1/2 kg krupičkové mouky
1/4 " bramborové moučky
1/4 " cukru
2 vejce
2 lžíce mléka
1/8 kg tuku
1 prášek do pečiva

Skořicové cukroví:
1/2 kg hladké mouky
1/4 " cukru a tuku
1 žloutek
2-3 lžíce kakaa
1 lžíce skořice
Trochu vody se zadělá a přidá se též vanilkový cukr a citronová kůra.
Dělá se přes strojek a teplé obalí v cukru.

Rohlíčky: 1/2 kl. mouky, 2 celá vejce, 20 dkg prav. cukru, 1/2 dkg (cukrářských) kvasnic, 1/4 kg tuku.

na mastný, moukou posypaný plech,
asi na prst silně a zvolna pečou.
Pak se upečená placka přeřízne na
polovinu a namaže krémem
a druhá se přidá na ni.
Krém: 8 dkg másla, 8 dkg cukru,
1 lžíci rumu a 1 žloutek se
utře.
Poleva: 18 dkg cukru pudru, 1 lžíci
rumu, 1 lžíci teplé vody.
Touto polevou se moučník poleje a ještě
než poleva ztuhne, kráji se na
čtverečky. Na každý čtvereček se dá půlka
ořechu.

Robodo: 10 dkg cukru mouč. 2 žloutky, 10 dkg
másla 10 dkg čokolády, dáme 10 dkg
rozkrájených piškotů. Ostatní namáčíme
v kávou, rozmažeme těsto, necháme
přes noc a rozkrájíme.

12 dkg mouky
12 -"- cukru
12 -"- čokolády
3 žloutky
3 sníh
12 dkg mouky

MARIE JANKŮ-SANDTNEROVÁ

KNIHA ROZPOČTŮ A KUCHAŘSKÝCH PŘEDPISŮ.

66.-85. VYDÁNÍ. S KRESBAMI DR. FISCHERA. VYDALA

A V NÁKLADU 20.000 VÝTISKŮ

VYTISKLA ČESKÁ GRAFICKÁ UNIE A. S. V PRAZE, ROKU 1947.

BROŽ. 140 KČS, VÁZ. 180 KČS.